

## VÝROČNÍ ZPRÁVA 2015

**Předkládá: Společenství harmonie těla a ducha**

nositel čestného titulu „**Organizace uznaná MŠMT pro oblast práce s dětmi a mládeží**“  
**Bubenečská 27, 160 00 Praha 6; tel/fax: 224317872, mob: 604309370**  
**e-mail: shtd@volny.cz http://www.shtd.cz**

Vážení rodiče, milé děti, vážení zájemci,

dlouhodobým úkolem roku 2015 bylo i nadále vytvářet a realizovat cílené mimoškolní 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; děti v náhradní výchovné nebo rodinné péči, zejména dětské domovy, Klokánky, samoživitelky, romské etnikum, národnostní menšiny aj./. Cílem bylo zlepšit jejich zdravotní stav, zvýšit tělesnou i psychickou zdatnost organismu, přispět k harmonickému biopsychosociálnímu vývoji dítěte a integrovat tyto handicapované jedince do přirozené komunity jejich vrstevníků. V tomto sociálním začleňování znevýhodněných /inkluzi/ kontinuálně pokračujeme již 24 let.

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

Akce byly pořádány v rámci celoročního projektu MŠMT ČR a dílčích projektů MZ ČR /letní ozdravné pobyty pro epileptiky/ a hl. m. Prahy /klubové a víkendové aktivity/.

14.12.2015 byla SHTD udělena záštita ministryně školství, mládeže a tělovýchovy na budoucí projekty.

O naši veřejně prospěšné a celospolečensky závažné práci publikovali celostránkové články deník Lidové noviny ze dne 23.2.2016 a odborný časopis České rady dětí a mládeže č. 3/2016.

Uspořádali jsme Zimní ozdravný pobyt, Velikonoční ozdravný pobyt, Květnové školení, 2 Letní ozdravné pobyty a Podzimní ozdravný pobyt. 11 víkendových akcí a 84 pravidelných klubových aktivit. V celkovém součtu se zúčastnilo těchto akcí 490 dětí a mládeže z celé ČR, z toho zdravotně a sociálně handicapovaných 86%.

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

Využili jsme fenoménu tělesné výchovy, vhodné stravy, otužování, saunování, solných jeskyní a dalších regeneračních procedur, arteterapie, muzikoterapie, psychoterapie, celotáborových her, bohatých kulturních a vzdělávacích programů, jízdy na koloběžkách, zábavy a prožitkovosti ke zlepšení zdraví a rozvoji tělesných a duševních sil dětí.

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 /zvláště pobytových/ byl zařazen komplexní program, rozdělený do navazujících a vzájemně se prolínajících cyklů.

### Cyklus zdravotní:

zdravotní TV- /sestavy a cvičení na správné držení těla, páteř a klouby, posilování, strečink, hipoterapie aj./

regenerace -/masáže, sauna, aquaparky, plavání, hydroprocedury aj./. Důraz byl kladen na očistu organismu zatíženého dlouhodobou medikací.

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

zdravotní osvěta- /přednášky, prevence před sezonními infekčními chorobami, zásady a nácvik 1. pomoci, hygienické návyky, sebeobslužné techniky aj./

### Cyklus tělovýchovný:

tělovýchova a sport- /turistika, plavání, kolektivní hry, drobné hry, atletika, minikoloběžky, sportovní olympiády, soutěže aj./ Byla zdůrazněna nezbytnost a pravidelnost pohybových aktivit v životě člověka, význam mírné vytrvalostní zátěže, pravidelné střídání zátěže a odpočinku, specifické metody u handicapovaných apod.

### Cyklus edukační /výchova, vzdělávání/:

široký program výchovně vzdělávacích aktivit /návštěvy hradů, zámků, muzeí, historických památek, s výkladem průvodce/. Doučování, vědomostní kvízy, čtení pohádek, všeobecná osvěta /bezpečnostní pravidla - silnice, sporty, plavání, saunování aj./. Dále debaty o morálce, etice, filozofii, přírodě, umění aj.  
Při klubových a víkendových aktivitách kombinovaný s tělovýchovou a rehabilitací.

### Cyklus motivace-integrace-inkluze:

motivační program s klubovými hrami, soutěžemi, dramatickou výchovou /scénky, divadlo, tanec, zpěv/ a psychoregulací, který rozvíjí kreativitu, paměť, estetiku, sebevědomí a odstraňuje ostych a obavy 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 k jednomu celku.

### Stručný přehled akcí:

#### Jarní ozdravný pobyt 28.2.-7.3. 2015 RZ Relax Hnačov: /24 dětí a mládeže z toho 88% handicapovaných/

Jarní prázdniny byly pro nedostatek sněhu zaměřeny na pohybové aktivity ve volné přírodě, klubovnách, komplexní rehabilitaci, výchovně vzdělávací programy, kreativní činnosti vč. dramatické výchovy a další doplňkové aktivity /viz www stránky-Fotogalerie/.

Byly dodržovány tři fáze programu a individuální přístup:

Dopoledne: tzv. „kolečko“: zdravotní TV, posilovna → arteterapie, ergoterapie → dramatická výchova → tance → osvěta → masáže, masáže lávovými kameny → sauna.

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

Večer: kreativní hry, divadlo, zábava, soutěže, filmy, diskotéka.

Turistické výlety do Zavlekovy- zřícenina hradu, Plichtic a okolí hnačovského rybníka. Tématem celotáborové hry „Není soud jako soud“ bylo správné posuzování práva a spravedlnosti /viz video www stránky/. Dále byly zařazeny zásady 1.pomoci včetně nácviku na resuscitačním trenažéru, večerní stezka odvahy s lampionovým průvodem, turnaj v kopané aj.

Strava 5x denně + pitný režim.

#### Velikonoční ozdravný pobyt 2.-6.4.2015 RZ Relax Hnačov: /32 dětí a mládeže z toho 91% handicapovaných/

Velikonoční prázdniny byly zaměřeny na turistiku, výlety, hry v přírodě, aktivizační a důvěrové hry, masáže, rekondici, regeneraci, rehabilitaci, arteterapii, dramatickou výchovu, muzikoterapii. Děti vyráběly pomlázky, zdobily vajíčka, učily se koledy a další tradiční zvyky velikonočních svátků. Dále vytvoření obálkového facebooku, /osobnostní profil včetně dobrých vlastností, osobnosti, kterých si vážím a další/. Na závěr rozbor a hodnocení. Doučování, orientace v terénu, poznávání lesa a okolí, výlet Plánice-muzeum Františka Křížíka /viz www stránky Fotogalerie/.

Byly dodržovány tři fáze programu.

Strava 5x denně + pitný režim.

#### Květnové školení pro pedagogické a zdravotní dozory 8.-10.5.2015 RZ Relax Hnačov:

/12 účastníků z toho 9 dětí a mládeže, z toho 67% handicapovaných/

Bylo zaměřeno na práci oddílového vedoucího, mravní, etické a bezpečnostní normy na pobytových akcích, přípravu ozdravných pobytů, víkendových a klubových akcí. Proběhly přednášky se zdravotní tematikou, psychologie handicapu, zásady 1.pomoci, cvičení na správné držení těla, rychlokurz masáží a praktické rehabilitace. Dva účastníci absolvovali třídní kurz pro hlavního vedoucího tábora /DDM Praha – akreditace MŠMT/

### **Letní ozdravné pobyty /Letní tábory 1.turnus 4.-18.7.2015; 2.turnus 18.7.-1.8.2015 RZ Relax Hnačov/:**

/133 účastníků z 11 krajů, z toho 111 dětí a mládeže, 89 handicapovaných, tj. 80%/

Ze znevýhodněných se zúčastnilo 38 epileptiků, 28 v náhradní a výchovné péči, 10 ZTP/P a asistence, 5 autistů, 20 dětí samoživitelek a dalších s vývojovými, orgánovými nebo mentálními poruchami.

LT se opět uskutečnily v RZ Relax Hnačov, areálu obklopeném lesy, s mini zoo a širokým zázemím pro sportovní využití /hřiště, dětské hřiště, minigolf, ohniště, přílehlý rybník s písčnou pláží a bezpečným přístupem. Přírodu i les jsme využili pro všestranné pohybové aktivity. Strava 5x denně + pitný režim.

Pobyty byly zaměřeny na vyčištění organismu zatíženého dlouhodobou medikací, tj. vhodnou stravou a pohybem na zdravém vzduchu. Dále na dodržování správného denního režimu, rozložení fyzické zátěže a odpočinku, prevenci běžných nakažlivých chorob, dodržování hygienických návyků, správná výživa, základy 1. pomoci včetně praktického nácviku na resuscitačním trenažéru. Ústředním mottem byla celotáborová hra „Kouzelnická škola Harryho Pottera v Hnačově“, ve které děti nejen kouzlily, ale společně s H.Potterem zvítězily nad pánem zla Voldemortem. Závěrečná divadelní hra s touto tematikou /vlastní tvorba/, je uvedena na našich www stránkách viz Video.

Dále plavání, turistika, sportovní hry, tělovýchova, zdravotní TV, stezka odvahy, aerobic, tance, soutěže, dopravní výchova, ekologie, poznávání bylin aj. Všim prolínala kulturně poznávací činnost, debaty o vědě, kultuře a přírodě, anti-bias, papírový Facebook se zpětnou vazbou efektivitu procesu. Navštívili jsme kostely v Plánici s poutní kaplí, středověký hrad v Zavlekově, Plichtice, naučnou stezku okolo hnačovského rybníka aj. Velmi působivá, poučná a s odborným výkladem byla návštěva muzea Františka Křížáka v Plánici. Celodenní výlety byly na přírodní koupaliště Valcha a do Nalžovských Hor s kamennými prehistorickými zvířaty /viz www stránky-Fotogalerie/.

Velkým přínosem zlepšujícím kreativitu byly výtvarné činnosti včetně vernisáže vlastní tvorby dětí, scénky a divadelní představení z pohádkového světa, večery pod lampou. Tyto činnosti děti samy vymýšlely a organizovaly. Tradičně skládáme novou hymnu na motivy celotáborové hry, kterou se všechny děti naučí a s radostí zpívají. Byly dodržovány 3 fáze ozdravného programu.

### **Podzimní ozdravný pobyt 28.10.-1.11.2015, RZ Relax Hnačov: /48 dětí a mládeže z toho 90% handicapovaných/**

Zaměření na prevenci a posílení organismu proti každoročním chřipkovým a respiračním onemocněním v podzimním období a další osvětová činnost. V oblasti anti-bias jsme se věnovali problematice válečných, politických a ekonomických migrací do Evropy. Využili jsme rekondičně regenerační centrum, zvláště posilovnu, masáže, masáže lávovými kameny a infrasaunu. Tradičně byly dodržovány tři fáze programu, dále vědomostní testy, večerní průvod po halloweenské stezce, nové techniky v arteterapii a výrobky z přírodnin. Uskutečnily se výlety do Zavlekova, Plánice -muzeum Františka Křížáka s odborným výkladem a naučná stezka kolem hnačovského rybníka. Závěrečný program obsahoval scénky, tance, zpěv, básně, hry na hudební nástroj aj /viz www stránky-Fotogalerie/.

### **Víkendové akce /11 x v průběhu roku, 194 účastníků, z toho 160 dětí a ml, z toho 95% handicapovaných/**

Tyto aktivity navazovali na ozdravné pobyty. Tvořily součást kontinuální celoroční péče. Spojovaly kulturně poznávací činnost s pohybovými aktivitami a regenerací. Např.: celodenní výlet na hrad Okoř, ZOO park v obci Zájezd spojený s prohlídkou, odborným výkladem a krměním zvířat, rehabilitace v aquaparku Slaný /hydroprocedury, teplý whirlpoolový bazén, dětský bazén pro neplavce, plavání, tobogán, divoká voda, parní sauna/. Celodenní výlety po historických nebo zajímavých místech Prahy spojených se cvičením v přírodních fit parcích, jízda na mini koloběžkách apod. Rehabilitace ve sportovně rehabilitačním centru ČVUT Praha 6 /sauna, chladný bazén, whirlpoolové vany lázeňského typu, masáže, odpočívárna s relaxací.

### **Klubová činnost /84 x, 226 účastníků z toho 106 dětí a ml, z toho 91% handicapovaných/**

Děti a mládež se pravidelně scházely v centru SHTD. Obsahem bylo především cvičení pro správné držení těla, páteř a klouby /speciální sestavy prof. Narbekova/, dále cvičení na pohybových trenažérech, gymnáziích, masáže, solné jeskyně, muzikoterapie a arteterapie, poradenství. Především šlo o vážná chronická onemocnění, často kombinované vady a psychosociální deprivace. Byl dodržován individuální přístup. Individuální péče byla přizpůsobena časovým možnostem klienta, event. doprovodu v průběhu týdne.

### **Spolupráce a komunikace:**

Pokračovala spolupráce s dětskými lékaři a neurology z celé republiky, pracovníky dětských domovů a Klokánků, úřady sociální péče, školami aj. Lékařským garantem byl Doc.MUDr.Ivan Novák, CSc., Klinika dětského lékařství Thomayerovy nemocnice Praha 4.

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, kteří spolupracují se SHTD.

Na municipálních úrovních je důležitou součástí naší činnosti spolupráce s orgány, organizacemi a kulturními zařízeními v oblastech našich aktivit. Přednostně zařazujeme znevýhodněné děti ze sociálně slabých vrstev Ústecka a Ostravska. Dlouhodobě zabezpečujeme pravidelnou arteterapii, ergoterapii a masáže pro seniory v domově důchodců Suchdol, komunikaci dětí se seniory. Tím hledáme cestu vzájemného pochopení, pomoci ostatním a soudržnosti občanské společnosti.

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

### **Financování:**

Veškerá činnost SHTD byla hrazena formou sdružených prostředků z různých zdrojů /MŠMT 280 000 Kč, MZ 126 000 Kč, HMP 50 000 Kč, letiště Praha 40 000 Kč, Středočeský kraj 20 000 Kč a příspěvky klientů/.

Celkové příjmy za rok 2015 činily 1 216 450,00 Kč

Celkové výdaje za rok 2015 činily 1 149 138,00 Kč

Peníze v hotovosti		Příjmy zahrnované do základu daně	
Převod	359 131,00	Úrok	00,00
Příjem	391 550,00	Příspěvky	4 400,00
Výdaj	331 559,00	Dotace	516 000,00
Hotovost celkem	419 122,00	Ostatní příjmy	696 050,00
Peníze na bankovních účtech		Výdaje na zajištění příjmu	
Převod	292 706,97	Zajištění akci	602 250,00
Příjem	1 110 100,00	Nákup zboží	0,00
Výdaj	1 103 337,00	OON, daň	111 162,00
Banka celkem	299 469,97	Zdrav. a soc. pojistné	0,00
Ceniny		Provozní režie	435 726,00
Převod	0,00	Uzávěrkové výdaje	0,00
Příjem	0,00	Průběžné položky	
Výdaj	0,00	Příjem	285 000,00
Ceniny celkem	0,00	Výdaj	285 000,00
		Rozdíl	0,00

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

Finanční prostředky byly využity hospodárně, efektivně a účelně.

SHTD děkuje státním a samosprávným orgánům, nadaci a rodičům, za poskytnuté prostředky.

### **Závěr:**

Jednoznačně lze konstatovat význačný ozdravně edukační přínos projektů pro zdravé a zejména pro zdravotně a sociálně handicapované děti v ČR. V rovině zdravotní /zlepšování zdravotního stavu, snižování počtu záchvatů, rozvoj tělesných a psychických sil aj./, v rovině edukační /výchova, vzdělávání, biopsychosociální dovednosti/, v rovině sociální /odstraňování zákazů a omezení, dostupnost pro sociálně slabé vrstvy/ a v rovině inkluze a integrace /tolerance, porozumění, rovnost, vědomí sounáležitosti/. Holistické /celostní/ působení pozitivně ovlivňuje vývoj a výchovu dítěte. Aktivit se zúčastnilo 490 dětí a mládeže, z toho 86% zdravotně a sociálně handicapovaných.

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 prožití plnohodnotného života.

V Praze dne 21.6.2016

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