

VÝROČNÍ ZPRÁVA 2022

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 zájemci,

dlouhodobým longitudinálním úkolem roku 2022 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 aj.; děti v náhradní výchovné nebo rodinné péči, zejména z dětských domovů, Klokánků, samoživitelé, romské etnikum, národnostní menšiny aj./. **Cílem bylo zlepšit jejich zdravotní stav, zvýšit tělesnou i psychickou zdatnost a odolnost organismu. Přispět k harmonickému biopsychosociálnímu vývoji dítěte a integrovat tyto handicapované jedince do přirozené komunity jejich vrstevníků.**

Jsme průkopníky rozumné inkluze. V sociálním začleňování znevýhodněných kontinuálně pokračujeme již 30 let. Praxe potvrzuje význam a přednost 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 a sounáležitost s většinovou společností.

Akce byly pořádány v rámci celoročního projektu MŠMT ČR, dílčích projektů MZ ČR /letní ozdravný pobyt pro epileptiky/ a Hl. m. Prahy /částečně na 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, školení praktikantů a vedoucích, Letní ozdravně edukační pobyt /letní tábor/ a Podzimní ozdravně edukační pobyt. 10 víkendových akcí a 76 pravidelných klubových aktivit. V celkovém součtu se zúčastnilo těchto akcí cca 500 dětí a mládeže z celé ČR, z toho cca 90% handicapovaných.

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, masáže, saunování, plavání, otužování a další rehabilitačně regenerační procedury. Dále arteterapii, muzikoterapii, psychoterapii, celotáborové hry, bohaté kulturní a vzdělávací programy, jízdu na 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.

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 Covidem a sezonními infekčními

chorobami. Zásady a nácvik I.pomoci /resuscitační 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, pravidelné střídání zátěže a odpočinku, specifické metody u handicapovaných apod.

Cyklus edukační /výchova, vzdělávání/:

široký program výchovných a vzdělávacích neformálních aktivit /návštěvy 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 většinou kombinovaný s tělovýchovou a rehabilitací.

Cyklus motivace-integrace-inkluze:

motivální 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 - ozdravně edukační pobyt 14. - 18.4.2022, RS Loutí: /55 účastníků, z toho 51 dětí a mládeže 47 handicap. tj. 92% /

Velikonoční prázdniny byly zaměřeny na poznávací výlety /klášter Poličany, hrad Kamýk/, sporty, hry v přírodě aj. Dále jsme využili vojenské rehabilitační zařízení Aquapark Měřín /návlek plavání, hydroprocedury, dětský bazén, tobogán aj./ a vlastní vybavení k rehabilitaci, masáží a arteterapii. Připomněli jsme si význam hlavního křesťanského svátku včetně zvyků a tradic. Proběhlo Interní školení zaměřené na přípravu praktikantů /zejména z dětských domovů/ a jejich spolupráci s mladými vedoucími oddílů. Dále Specifická aktivita - prevence a ochrana před kovidovou pandemií /teorie a praxe/.

Letní tábor - ozdravně edukační pobyt 7.-19.8.2022, Penzion U Jandů, Úborsko: /73 účastníků, z toho 66 dětí a mládeže, 59 handicap. tj. 89%/

Pobyt se uskutečnil v moderním penzionu v podhůří Šumavy a plně vyhovoval našim potřebám. Ubytování ve 2-3 lůžkových pokojích s WC a sprchovým koutem, výbornou stravou, prostornou jídelnou s divadelním jevištěm, klubovnou, multifunkčními sportovišti, ohništěm a především s rehabilitačním vybavením /masérna, finská sauna, infrasauna, vířivka a venkovní bazén/. Areál a okolí jsme opět využili pro všestranné pohybové aktivity. V blízkosti se nachází rozhledna sv. Markéty, poutní místo Pocínovice, tajemné jezírko a místo posledního odpočinku pohádkového koně Juráška a další. Uskutečnily se výlety autobusem do okolí, např: CHKO Královský hvozd na hranici s Bavorskem, venkovního aquaparku v Kolinci a známého hradu Klenová s odbornou komentovanou prohlídkou pro naši skupinu. Tyto zajímavé lokality jsme také využili k turistice, výchovně vzdělávacím programům a rehabilitaci.

Ozdravný pobyt nejúčinněji spojoval zdravotní, rehabilitační, pohybový, výchovně vzdělávací a integračně socializační program. V celém průběhu jsme dodržovali specifické aktivity-doučování, zásady prevence, hygieny a ochrany před Covid-19. Proto byl kladen důraz na venkovní aktivity a pobyt na čerstvém vzduchu /tělovýchova, sporty, hry v přírodě, plavání, turistika, výlety apod./. Zdravotní TV probíhala na prostorné venkovní terase. Výtvarné a rukodělné práce pod velkou venkovní pergolou a rehabilitace /masáže, suna, Whirlpool/ odděleně po družstvech, včetně plavání v bazénu. K zábavným prožitkovým aktivitám jsme využili velkou a prostornou jídelnu s dostatečným větráním.

Při společných aktivitách, vč. stravování, jsme dodržovali hygienické zásady - desinfekci rukou, očistu obličeje, nosní a ústní dutiny /před i po jejich skončení/. V zásobě jsme měli dostatečné množství desinfekčního roztoku a velké množství respirátorů.

Výrazně se zvýšila osvětová činnost s přednáškami o zdravém způsobu života, významu tělesné výchovy a sportu, zásadách 1. pomoci, problematice respiračních onemocnění a pandemie Covid, významu celkové rehabilitace a masáže apod. /PaedDr.V.Bílek, MUDr.P.Koťátko, H.Jamrišková/.

Byly zachovány další pravidelné aktivity - stezka odvahy, sportovní olympiáda, humorné pohádkové scénky, filmy, diskotéky aj.

Dále byly dodržovány tři fáze programu a individuální přístup:

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

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

Večer: kreativní hry, scénky, zábava, soutěže, výchovné filmy, diskotéka.

Podzimní prázdniny - ozdravně edukační pobyt 26.- 30.10.2022, Penzion U Jandů, Úborsko:

/60 účastníků, z toho 53 dětí a mládeže, 47 handicap. tj. 88% /

V době podzimních prázdnin jsme se opět zaměřili na turistické výlety v čisté a zdravé přírodě Pošumaví, sporty a rehabilitaci /rekondičně regenerační centrum- masáže, masáže lávovými kameny, finská sauna, infrasauna, whirlpoolový bazén, dechová cvičení, relaxace, odpočinek/.

Busem jsme mimo jiné navštívili velmi pěkný aquapark v Horažďovicích s velkým a dětským bazénem, divokou vodou, vířivkou a tobogánem. Po krátké prohlídce města jsme pokračovali na zříceninu hradu Prácheň, odkud je krásný pohled na meandr Otavy, město Horažďovice a Prácheňsko. Z Prácheň pochází i jeden ze základních kamenů Národního divadla v Praze.

Rovněž jsme využili batoletu jedné z přítomných vedoucích a zařadili výchovu k mateřství /přístup k miminku, praktické činnosti, protahovací cvičení, přebalování apod./.. Tato aktivita se setkala s velkým zájmem účastníků, včetně všech chlapců.

Ke dni české státnosti jsme si promítli historický film o sv. Václavovi a povíдали o novodobých dějinách československé a české republiky. Při závěrečném společném večeru vystoupily děti s připraveným programem na oslavu 30. výročí založení našeho spolku.

Tradičně byly dodržovány tři fáze programu a specifické aktivity.

Víkendové akce /10 x v průběhu roku, 290 účastníků, z toho 245 dětí a ml, 228 handicap. tj.93%/

Tvořily součást kontinuální celoroční péče, spojovaly kulturně poznávací činnost s pohybovými aktivitami a regenerací.

Např.: V rámci dlouhodobé spolupráce pokračuje 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 různé typy vzdělávacích aktivit – výstava sv.Ludmily, Buddha aj., nebo doplňkové pohybové aktivity ve venkovních fitcentrech parku Stromovka.

Dále jsme zorganizovali víkendový poznávací a rehabilitační pobyt v Úborsku pro klub důchodců Horoměřice, se kterým spolupracujeme /hrazen klubem důchodců/. Touto spoluprací rozvíjíme trojgenerační dialog mezi mladými a seniory, pomoc a úctu ke stáří.

Také proběhly víkendové výtvarné kurzy v centru SHTD /enkaustika-malování voskem, malování na textil, vánoční dekorace aj./.

Většinu víkendových aktivit doprovázel dětský lékař.

Externí školení – jeden dlouholetý člen SHTD absolvoval třídní kurz pro hlavního vedoucího tábora /DDM Praha Karlín– akreditace MŠMT/.

Klubová činnost: /76 x , 167 účastníků, z toho 91 dětí a ml, 75 handicapovaných tj.82%/

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, mobilní masáže, muzikoterapie a arteterapie, poradenství. Především šlo o vážná chronická onemocnění, často kombinované vady a psychosociální deprivace. Byl dodržován individuální přístup a péče byla přizpůsobena časovým možnostem klienta, event. doprovodu v průběhu týdne i víkendu.

Rovněž proběhly mobilní masáže v klubu důchodců Horoměřice.

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 Doc. MUDr. Ivan Novák a primář MUDr. Petr Kořátko.

Účast Petra Kořátka na pobytových i vybraných víkendových aktivitách přináší výrazný efekt pro zdraví dětí a mládeže a je pro spolek 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, kteří spolupracují se SHTD.

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 2022:

období: 01.01.2022 až 31.12.2022

----peníze v hotovosti----- ----příjmy zahrnované do základu daně---			
H převod 418 500,00 09 úrok 0,00			
01 příjem 373 401,00 10 příspěvky 25 000,00			
02 výdaj 428 280,00 11 dotace 507 500,00			
hotovost celkem..... 363 621,00 11 ostatní příjmy 708 800,00			
----peníze na bankovních účtech-----			
B převod 657 181,26 ----výdaje na zajištění příjmu-----			
03 příjem 1 221 500,00 12 zajištění akcií 837 251,97			
04 výdaj 1 194 420,15 13 nákup zboží 0,00			
banka celkem..... 684 260,91 14 OON, daň 317 600,00			
----ceniny----- 15 zdrav.a soc.pojistné 0,00			
C převod 0,00 16 provozní režie 149 116,96			
05 příjem 0,00 16 uzávěrkové výdaje 0,00			
06 výdaj 0,00			
ceniny celkem..... 0,00			
----platby s vlivem na zisk----- ----průběžné položky-----			
07 příjmy celkem 1 241 300,00 29 příjem 345 000,00			
08 výdaje celkem 1 303 968,93 30 výdaj 345 000,00			
základ daně..... -62 668,93 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, Etamp film production, organizacím péče a rodičům za poskytnuté prostředky.

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 90% 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

V Praze dne 27.6.2023