

**Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR, z.s.**  
**klub " Úsměv "**  
**591 01 Žďár nad Sázavou, Komenského 1**  
**[www.asociacezr.cz](http://www.asociacezr.cz)**

---

**IČO : 45659907**  
**bankovní spojení : ČSOB, a.s. Žďár nad Sázavou**  
**č.ú. : 132637038/0300**

## **Výroční zpráva za rok 2022**

**Obsah:**

- *Zpráva o činnosti ARPZPD*
- *Zpráva o hospodaření ARPZPD*
- *Fotogalerie*

# **Zpráva o činnosti klubu Úsměv Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí ve Žďáře nad Sázavou**

## Základna

Členskou základnu tvoří celkem 64 členů,  
z toho: 26 dětí se zdravotním postižením

## Zasedání

V roce 2022 se konala 1 členská schůze, která byla realizována formou on line + e mailové korespondence a několik schůzek užšího vedení klubu, které také byly první dva měsíce roku 2022 distanční formou, od března již prezenčně.

Dlouhodobě jsou tato setkání plánována vždy na první středu v měsíci, mimo prázdnin.

## Akce klubu Úsměv

Asociace i v letošním roce pracovala v souladu s platnými stanovami a dle plánu akcí na rok 2022. Termíny některých akcí byly aktuálně upraveny.

## ***Celoroční aktivity***

### **Cvičení v bazénu**

Rehabilitační cvičení bylo zahájeno v únoru . Na základě skutečnosti z loňského roku byly i letos realizovány lekce léčebně- rehabilitačního cvičení zajišťované ve Studiu Jana. Cvičení opět probíhalo velmi individualizovanou formou po malých skupinkách nejprve v jarních měsících a pro velký zájem i na podzim. Lektorka byla velmi vstřícná k potřebám našich dětí se zdravotním postižením, trpělivá. Intenzitu cvičení a jeho skladbu individuálně korigovala a upravovala dle aktuálního zdravotního stavu a potřeb každého dítěte. Opakovaným procvičováním jednotlivých cviků vedla maminky dětí k jejich zapamatování, aby s dětmi mohly cvičit i doma, což vedlo k prodloužení trvání příznivých účinků a zlepšení či vymizení obtíží u jejich dítěte.

Od února bylo realizováno i cvičení a plavání v bazénu, kdy byly, i při cvičení ve vodě, využívány prvky z léčebného tělocviku. Cvičení se setkala s příznivým ohlasem ze strany dětí i jejich rodičů. Děti se naučily jak se účastnit aktivit ve vodě a jak se ve vodě samostatně pohybovat. Cvičení bylo velmi přínosné i po stránce zdravotní, kdy docházelo k otužování organismu zdravotně postižených dětí, posilovány byly i dovednosti v oblasti sociální. U dětí docházelo k uvolňování celého těla a zlepšila se jejich fyzická kondice. Pozitivní bylo zapojení rodičů, zejména maminek, které ocenily metodické vedení a mnohému se naučily. Vnímání radostné atmosféry, která vždy při cvičení ve vodě i v tělocvičně vládla, přispělo k upevnění citových a přátelských vazeb mezi všemi účastníky.

Cvičení a plavání bylo realizováno v Relaxačním centru ve Žďáře nad Sázavou, v bazénu v Městských lázních v Novém Městě na Moravě. Celkem se tohoto cvičení a plavání účastnilo 20 dětí se zdravotním postižením a rodinnými příslušníky.

**Pomocbanka** – zapůjčování kompenzačních pomůcek aktuálně do rodin se zdravotně postiženými dětmi, většinou se jedná o dlouhodobé výpůjčky

### **Kroužky tvořivosti a pohybových a hudebních činností**

Činnost kroužků byla realizována zejména v průběhu celého roku, zejména v rámci pobytových akcí a dle možností vedoucích jednotlivých aktivit, kterým pomáhali někteří rodiče a zdraví sourozenci postižených dětí, kteří se i rádi aktivně zapojili do realizovaných činností.

Celkem bylo v rámci kroužků zapojeno 12 dětí se zdravotním postižením a 12 zdravých dětí.

Pohybovými činnostmi byla zvyšována nejen fyzická zdatnost, ale radost z pohybu, přispěla k psychické pohodě všech zúčastněných. Kroužek pohybových činností probíhal většinou v přírodě nebo na hřišti. Hodně byly využívány zahradní hry – KUB, petang, míčové hry. Turistika byla obohacena o různé hry v přírodě. Velkou radost stále dělají dětem koloběžky.

V rámci hudebního kroužku děti zejména zpívaly a svoji produkci doplňovaly hrou na rytmické nástroje. Nacvičovaly i nové písně, které pak v rámci pobytových akcí prezentovaly a učily ostatní. Někdy byla součástí i relaxační muzikoterapie. Hudba je sama o sobě komunikací, proto umožňuje oslovení a porozumění i tam, kde jsou narušeny běžné komunikační kontakty. Pomáhá jak poslech hudby, tak její aktivní provozování jako emoční ventil a prostředek posílení vztahu jedince a kolektivu. Tyto hudební činnosti má v rámci našeho klubu dlouhodobě ráda skupinka děvčat a tři chlapci, kteří si tento kroužek velmi oblíbili a přináší jim spoustu radosti.

Tvořivé činnosti byly letos zaměřeny opět na práci s keramickou hlinou a malování. S dětmi se zapojili i někteří dospělí. Při této činnosti dochází ke spolupráci všech účastníků, zkrátka svět fantazie je bez hranic.

Další činností byla výroba nástěnných a stolních dekorací, z nichž některé byly užitkové a jiné sloužily jako dárky blízkým, přátelům a podporovatelům.

*leden*

### **Výbor vypracoval návrh plánu činnosti pro rok 2022.**

V lednu 2022 byly vyúčtovány dotace Grant Kraje Vysočina a projekty Města Žďáru nad Sázavou a zpracovány nové projekty a rozeslány žádosti o podporu obecním zastupitelům okolních obcí, v kterých bydlí někteří naši členové asociace.

*Únor*

Hned od února byla zahájena činnost kroužků , rehabilitační cvičení a cvičení a plavání v bazénu. O jarních prázdninách jsme si pronajali prostory v penzionu Na devítce ve Světnově a připravili třídní příměstský tábor. Součástí byl i kurz na PC pro děti i rodiče. Děti si vyzkoušely různé edukační počítačové programy a rodičům byl představen videokurz *Bezpečné chování a orientace na internetu* , který se věnuje klíčovým tématům kybernetické bezpečnosti, která jsou spojena s rizikovým chováním dětí ve světě internetu . Zájemci o všechny videokurzy pak dostali přístupové kódy platné celý únor 2022 a mohli si je shlédnout v klidu doma.

Pochopitelně jsme v rámci pobytu sportovali, vytvářeli krásné dekorace, zpívali , zkrátka se věnovali činnostem, které nás baví.

*Březen*

V březnu jsme se zúčastnili krásného divadelního představení dětského divadelního souboru ze Svratouchu *Veselé Vánoce a šťastný Nový rok*, které bylo z důvodu epidemiologické situace před Vánoci zrušeno. Nakonec byli všichni spokojeni a naše děti získaly nové kamarády a podporovatele, kdy výtěžek byl věnován na činnost našeho klubu.

*Duben*

Ve spolupráci s místní knihovnou a Obchodní školou jsme po dvouleté pauze obnovili tradici velikonoční tvořivé dílny, jejíž součástí byla výroba velikonočních dekorací a pletení pomlázky.

23. 4. 2022 jsme opět připravili pro naše členy a přátele ve společenském sále bývalé školy v Malé Losenici 3. společenský večer pro Úsměv. Dobrá nálada , výborná kuchyně , hudební kapela Pod Peperkem Band, pěkná tombola, hudební vystoupení bubeníčků ze Speciální třídy ze Žďáru nad Sázavou = krásný večer.

*Květen*

Začátkem května jsme navštívili v rámci vzdělávacích dnů Prahu, kdy se účastníci seznámili s historií a současností hlavního města . Prohlédli jsme si Pražský hrad , Katedrálu , Vladislavský sál s korunovačními klenoty a Zlatou uličku. Průvodkyně velmi pěkně přizpůsobila výklad dětem a ochotně zodpovídala všechny jejich všetečné otázky. Dnešní dobu jsme dětem přiblížili nejen

novodobou architekturou hlavního města , ale i současnou cenou za občerstvení ☺. To je zkrátka současnost. Odpoledne jsme pak ještě zhlédli divadelní představení muzikálu Čochtanův divotvorný hrnc v divadle Semafor. V rámci poznávání Prahy bylo velmi pěkné i navázání nových přátelství s dětmi z dětského divadelního souboru ze Svratouchu, kteří se našeho zájezdu zúčastnily. Jedná se o nově navázanou spolupráci, která se rozvíjí a vzájemně obohacuje děti zejména v oblasti sociálních kontaktů.

Další vzdělávací aktivitou v rámci letošních Vzdělávacích dnů bylo seznámení dětí s významem lesa a přírody vůbec pro člověka . Tato aktivita probíhala dva dny koncem května v rámci pobytu v penzionu Na devítce ve Světnově. Děti společně s rodiči za odborného vedení květinářky zasadily květiny do květinových mís a dostaly úkol se o ně starat, aby krásily jejich domovy celé léto . Také jsme si prohlédli krásnou zahradu pana Karla Zedníka v Polničce.

Dále jsme navštívili farmu s chovem skotu, kde se děti díky velmi působivému výkladu pana farmáře dozvěděly spoustu informací o chování skotu, ale i vše co s tím souvisí .

Poslední aktivitou byla vycházka k vodní nádrži Strž, kde se seznámily, jak je v dnešní době důležité hospodařit s vodou.

Pobytu se zúčastnilo 9 dětí s mentálním a kombinovaným postižením se svými rodiči a sourozenci. Pobyt zajišťovaly 2 vedoucí s podporou asistentů z řad rodičů a sourozenců..

### *Červen*

Oslava MDD proběhla v Malé Losenici , kdy jsme společně s našimi dětmi , přáteli a podporovateli strávili krásné slunné odpoledne nejen v dobré společnosti , ale i u dobrého jídla, kdy se o grilované pstruhy postarali Pepa s Láďou a při dobré muzice, kterou zajistila Míša s Karlem. Velmi milá byla i návštěva rodiny Štejdířových, Míši , Miloně a Marušky, kteří byli dlouho aktivními účastníky na všech akcích našeho klubu. Aktuálně z rodinných důvodů se nemohou našich akcí účastnit, ale věříme, že se alespoň občas za námi budou vracet.

### *Červenec, srpen*

9. a 10.7. dvě rodiny z našeho klubu zastupovaly celorepublikovou ARPZPD na setkání, které pořádalo sdružení Loukamosaic, jako pokračování spolupráce započaté na celostátním setkání klubů v Račicích.

Akce se konala v prostředí Průhonického zámku a galerie Natura. Účastnili se jí zástupci Loukamosaic, čtyři rodiny z asociace ČR a rodiny ze Zittau.

Cílem bylo společné tvoření keramických mozaik, předávání informací a na závěr konference k tématu společného tvoření pod názvem Osobní prožitek a vzájemnost.

Psychorehabilitační kurz probíhal letos v Penzionu Diana v Českém ráji, pochopitelně se nabízelo téma inspirované písničkou Ivana Mládka *Proč bychom se báli na Prachovské skály*, která se stala i hymnou pobytu . Pobyt jsme si užili díky krásnému prostředí Českého ráje, kdy jsme navštívili hrad Kost, zámek Humprecht, zříceninu Trosky, krásné město Jičín a další skvosty, která daná

lokalita nabízí. Výpravy do Prachovských skal se nakonec zúčastnili téměř všichni účastníci a nikdo nelitoval. Někteří vyzkoušeli koupaliště v Jičíně a Lomnici nad Popelkou, jiní využívali bazén u penzionu. Opět jsme tvořili, zpívali a hráli spoustu her. Rodiče se dozvěděli nové informace z oblasti sociální, zdravotní i školství.

Pobytu se zúčastnilo 14 dětí s mentálním a kombinovaným postižením (13 s průkazkou ZTP/P , 1 – průkazku vyřizují) se svými rodiči a sourozenci . Pobyť zajišťovaly 2 vedoucí s podporou asistentů z řad rodičů a sourozenců..

V průběhu prázdnin jsme opět u Verunky v Radostíně strávili dvě nedělní odpoledne a vyráběli zejména zahradní dekorace.

Další prázdninovou akcí byl výlet na Zelenou horu, kdy jsme si prohlédli nově zrekonstruovaný poutní kostel Svatého Jana Nepomuckého a prošli si Naučnou stezku kolem Zelené hory. Odměnou bylo posezení v zámecké kavárně, kde si každý objednal něco dobrého na zub.

### *Září*

Hned 3. září jsme vyrazili do ZOO ve Vídni , která má perfektní polohu v rámci města neboť se nachází v Schönbrunnském parku nedaleko zámku a někteří tak svou návštěvu ZOO spojili i s návštěvou zámku. Hlavním lákadlem ZOO byli místní Pandy velké a pavilon medúz. O výlet byl velký zájem. Na zájezd do Vídně se bez problémů podařilo naplnit celý autobus pro 50 cestujících. Počasí opět přálo, takže všichni jsme se vraceli domů spokojeni a obohaceni o nové zážitky.

O víkendu 23. – 25.9. se 14 zástupců z našeho klubu zúčastnilo celostátního setkání klubů asociace v Kletečné u Humpolce. Tito naši členové se nejen zúčastnili, ale svojí aktivní účastí prezentovali činnost našeho klubu Úsměv. Celý víkend byl naplněn radostnou atmosférou. Sportovalo se, zpívalo, vyrábělo, někteří zašli i do lesa na houby.

### *Říjen*

Hned první neděli v říjnu se uskutečnil 2 ročník Pochodu přátelství . Po zdolání cca 6ti kilometrů dlouhé turistické procházky Velká Losenice – Pořežín - Malá Losenice na účastníky čekalo v cíli občerstvení, tvoření pro děti i maminky a živá hudba k tanci i poslechu.

V říjnu dvě naše rodiny zúčastnily recipročního programu v Zittau.

### *Listopad*

Na podzim se uskutečnila dvě tvoření u Verunky v Radostíně, kdy pro nás zajistila i možnost vyzkoušet si práci na kruhu.

Další, tentokrát kulturní listopadovou akcí byla 23.11. návštěva divadelní inscenace legendárního muzikálu **Světáci** společnosti Háta v zámku v Polné. Z asociace se zúčastnilo 33 členů.

Mikulášská nadílka byla koncem listopadu opět spojena s bowlingovým turnajem, který má také mnohaletou tradici v našem klubu. Za sportovní výkony se opravdu nemusel nikdo stydět a odměnou byl balíček plný dobrot pro každého dětského účastníka.

### *Prosinec*

Poslední činností byla tradiční vánoční tvořivá dílna v knihovně ve Žďáře nad Sázavou, kde si opět společně všichni účastníci vyrobili dekorace na vánoční stůl. Při této aktivitě se již mnoho let naše děti přirozeným způsobem začleňují mezi dětské čtenáře, kteří se zase naopak velmi rádi zapojují do námi připravených tvořivých činností.

Dokladem zájmu rodičů o naši činnost je nejen stále vysoký počet členů a účastníků na námi pořádaných akcích, ale i ochota finanční spoluúčasti na některé akce. Rodiče poznávají nové přátele, dostává se jim odborné pomoci a informací o problematice, která je nejvíce zajímá.

Žďár nad Sázavou 21.1.2023

Mgr. Jarmila Fraiová  
předsedkyně klubu Úsměv Žďár nad Sázavou