

**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 2024**

**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 82 členů,  
z toho: 26 dětí se zdravotním postižením

## Zasedání

V roce 2024 se konala 1 členská schůze 21.2.2024 a několik schůzek užšího vedení klubu. 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 2024.

## ***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. Dvě lekce skupinového cvičení a 12 dětí cvičilo a individuálně rehabilitovalo ještě v rámci letního psychorehabilitačního kurzu v Lutové. 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.

Po celý rok také probíhalo cvičení a plavání v bazénu, kdy byly, i při cvičení ve vodě, využívány prvky z léčebného tělocviku. Cvičení se setkalo 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 27 dětí se zdravotním postižením, z toho 22 dětí se zdravotním postižením (z toho 3 starší 26let), průkazkou ZTP/P jich bylo 16 (z toho 3 starší 26let),

Pohybovými činnostmi byla zvyšována nejen fyzická zdatnost, ale i radost z pohybu, která 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 rytmičké 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 na práci s textilními šňůrami a na výrobu jednoduchých zahradních dekorací. S dětmi se zapojili i někteří dospělí. Při této činnosti dochází ke spolupráci všech účastníků, zkrátka svět fantazie je bez hranic.

*leden*

### **Výbor vypracoval návrh plánu činnosti pro rok 2024.**

V lednu 2024 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.

Od začátku roku byla zahájena činnost kroužků , rehabilitační cvičení a cvičení a plavání v bazénu 27.1.2024 jsme opět připravili pro naše členy a přátele ve společenském sále bývalé školy v Malé Losenici již 5. společenský večer pro Úsměv. Dobrá nálada , výborná kuchyně, hudební kapela Pod Peperkem Band, pěkná tombola, taneční vystoupení souboru orientálních tanečnic = krásný večer.

*Únor*

O jarních prázdninách jsme připravili pro naše rodiny s dětmi s postižením týdenní pobyt v Kořenově v Jizerských horách. Program byl bohatý. Zlepšení psychického stavu prostřednictvím ergoterapie, arteterapie a muzikoterapie. Při arteterapii a ergoterapii děti získaly nové dovednosti v oblasti jemné i hrubé motoriky . V rámci ergoterapie si vyrobily košíky a mýdla.

*Březen*

Ve spolupráci s místní knihovnou a Obchodní školou jsme připravili pro naše členy a dětské čtenáře tradiční velikonoční tvořivou dílnu, jejíž součástí byla výroba velikonočních dekorací a pletení pomlázky.

*Květen*

Začátkem května jsme se opět vypravili do Štúrova do termálů. Teplé bazény a poměrně málo lidí na začátku sezóny nám velmi vyhovovalo.

*Červen*

16.6.2024 jsme v rámci vzdělávacích dnů navštívili další památku Unesco, krásné město Kroměříž, kde jsme si prohlédli zámek s přílehlými zahradami.

*Červenec*

Tradiční prázdninový týden se letos konal v penzionu Vyhlídka Lutové u Třeboně. K dispozici byla překrásná zahrada s ohništěm, které máme velmi oblíbené a pokud je možnost u táboráku se

vždy s pobytem loučíme. Objekt z hlediska potřeb našich dětí a širokých možností relaxace v přírodě plně splňoval potřeby účastníků pobytu. V rámci pobytu jsme při celodenním výletu navštívili Třeboň, společně jsme navštívily pivovar, prohlédli si okolí rybníka Svět, někteří si prohlédli zámek, jiní Schwarzenberskou hrobku.

Pobytu se zúčastnilo celkem 11 rodin s 12 dětmi s mentálním a kombinovaným postižením, 11 s průkazkou ZTP/P, 1 dlouhodobě průkazku vyřizují. Pobyt zajišťovaly 2 vedoucí s podporou asistentů z řad rodičů a sourozenců..

### *Srpen*

V září jsme ve vypravili s našimi dětmi na Horácký džbánek. Odpoledne plné hudby všechny účastníky přímo nadchlo. Vždyť naživo mohli vidět hvězdy populární hudby, což byl pro ně opravdu neskutečný zážitek. Koncem prázdnin jsme se sešli ve Vepřové, kde jsme navštívili voliéra s ptáky a výběh se srnci. Některé děti sportovaly na hřišti, ostatní účastníci si sdělovali své zážitky z prázdnin.

### *Říjen*

13. října byl zorganizován již 4.ročník Pochodu přátelství. Po turistice na všechny čekala odměna občerstvení, hudba a posezení s přáteli v příjemném prostředí nám velmi známém kulturním domě v Malé Losenici.

### *Prosinec*

Mikulášská nadílka 4. prosince byla opět spojena s bowlingovým turnajem, který má také mnohaletou tradici v našem klubu. Za sportovní výkony se opravdu nemusel nikdo stydět a odměnou byl od Mikuláše balíček plný dobrot pro každého dětského účastníka.

V prosinci se tradičně konala ještě 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 14.1.2025

Mgr. Jarmila Fraiová  
předsedkyně klubu Úsměv Žďár nad Sázavou

