

# VÝROČNÍ ZPRÁVA

SPMP Pobočný spolek Plzeň – město



2016

## ÚVODNÍ SLOVO

Vážení členové a milí přátelé,

minulý rok byl pro nás v mnohém novým. Nový spolek SPMP ČR pobočný spolek Plzeň-město jsme uvedli v život. Stálo to všechny mnoho píle a úsilí. Výsledkem je, za nás, veliký úspěch. Podařilo se nám udržet stávající projekty a také pracovat na nových. Seznámili jsme se s dalšími organizacemi a lidmi.

Společně zažíváme mnohé radosti a zábavné chvíle. Umíme rozdávat radost lidem kolem sebe, na mnohých akcích jsme, třeba i právě Vás, o tom přesvědčili. Jsme soudržná komunita, každý z nás je důležitý, máme se rádi a nenecháme nikoho na holičkách. Mezi námi jsou nové tváře, které s námi rádi tráví čas.

Rodičům, přátelům, známým a mnohým podporovatelům děkujeme za jejich podporu a pomoc.

Sršíme stále novými nápady a velkou energií, spousty toho vymyslíme a určitě Vás v následujícím roce pobavíme a potěšíme minimálně jako v roce 2016.

Za Pobočný spolek

Mgr. Markéta Smýkalová, předsedkyně

# **1 PŘEDSTAVENÍ SPOLKU SPMP ČR Pobočný spolek Plzeň – město**

Nově založený spolek SPMP Pobočný spolek – Plzeň město vychází z měnícího se paradigmatu zdravotního postižení založeného ke změně přístupu společnosti k životu lidí s postižením a možnostem, respektive jejich uplatňování na plnohodnotný život v komunitě. Činnost spolku vychází ze stanov SPMP ČR. Chceme naplňovat v maximální možné míře jejich lidská a občanská práva ve shodě s Úmluvou OSN o právech lidí s postižením.

Naše členy vnímáme předně jako občany, nikoliv jako naše klienty a aktivity, projekty či programy, které budeme realizovat, budou usilovat o posílení jejich občanských kompetencí – dovedností, znalostí, postojů.

## **2 AKTIVITY V ROCE 2016**

Do jakých aktivit se u nás členi mohou zapojit?

Vytvořili jsme přehledný letáček doplněný jednoduchými obrázky a hesly, které v případě zájmu vysvětlujeme osobně. Veškeré aktualizované informace jsou zveřejňovány na stránkách sociální sítě Facebook (SPMP ČR pobočný spolek Plzeň – město), jednoduše zadáte do vyhledávače spmplzen. Naleznete zde fotky, videa, pozvánky na kulturní události, harmonogram aktivit na aktuální měsíc apod.

Letáček:

# SPMP ČR pobočný spolek Plzeň-město

(Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením)

Skupina lidí, která mezi  
sebou ráda uvidí nové tváře



**TANEČÁK**

dramaticko-taneční  
kroužek



**BUBNOVÁNÍ**

muzikoterapie



**ŘEKNEM  
SI TO**

diskuse ve  
svépomocné skupině



**KÁMOŠI**

Praha-Plzeň

---

Mgr. Markéta Smýkalová + 420 775 296 028

napiš: [happyhandicap@seznam.cz](mailto:happyhandicap@seznam.cz)

web: [spmpcr.cz](http://spmpcr.cz)

## **2.1 PRAVIDELNÉ DOCHÁZKOVÉ:**

- DRAMATICKO-TANEČNÍ KROUŽEK  
TANEČÁK – HAPPY HANDICAP

Probíhá pravidelně každý týden a je doplněn kulturními akcemi (plesy, festivaly apod.), kde se členi účastní jako účinkující s doprovodným programem

- ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ – 20 min. v rámci DRAMATICKO-TANEČNÍHO KROUŽKU
- BUBNOVÁNÍ  
DRUM CIRCLE – 2x měsíčně

### **2.1.1 DRAMATICKO-TANEČNÍ KROUŽEK**

Dramaticko-taneční kroužek vychází z metod tvořivé dramatiky a je doplněn pohybem a tancem. Výsledkem jsou představení, ať už taneční nebo dramatická. Zde jsou především důležité nápady a přání členů. Je to systematická práce všech a každý do představení dá kus sebe.

Členi vytvořili skupinu HAPPY HANDICAP, která je velice soudržná a dokáže mezi sebe bez obtíží přijmout nové členy. Noví členi jsou přijati do této skupiny vykonáním přijímacího rituálu, který vymysleli.

Rituál je důležitý, jak pro stávající, tak pro nové členy. Skupina se otevře a dává prostor novému zájemci. Cílem je, aby se členi cítili bezpečně a příjemně ve skupině.

**KULTURNÍ AKCE ZA ROK 2016, kterých se HAPPY HANDICAP zúčastnil jako účinkující:**

- 6.2. PLES MŠ PRAHA v divadle GONG, MŠ DĚTSKÝ ÚSMĚV, Praha 9
- 5.3. MAŠKARNÍ BÁL, Vlaštovka (SPMP ČR Plzeň)
- 11.3. MAŠKARNÍ REJ na Roudné, Ty a Já, z.s.
- 22.5. VLASTNÍ AKCE V KD PEKLO - Divadelní představení „HOTEL U DVANÁCTI MRTVÝCH“
- 28.5. FESTIVAL VOLNÉHO ČASU v Amfiteátr Plaza Plzeň, PKRDM (Plzeňská krajská rada dětí a mládeže), Radovánek
- 1.6. PŘEHLÍDKA TVOŘIVOSTI LIDÍ S POSTIŽENÍM V TACHOVĚ, Domov pro lidi s postižením Milíře
- 17.6. HUDEBNĚ-DIVADELNÍ FESTIVAL AŠLERKY v Aši, spolek Karla Ašlera
- 25.6. MOTOR OPEN PLAZA, ČCE Diakonie Západ Plzeň
- 10.9. FESTIVAL NA KONCI LÉTA, Ty a Já, z.s.
- 17.9. ZAŽÍT MĚSTO JINAK, Kavárna do Větru (Praha 6)
- 22.9. SPOLU MEZI DOMY, Človíček ČCE Diakonie Západ
- 15.12. VLASTNÍ AKCE v KD Peklo - Vánoční besídka

## 2.1.2 ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ

Zdravotní cvičení je pravidelnou součástí dramaticko-tanečního kroužku. Věnujeme se mu na začátku pravidelně 20 min. v rámci zahřátí a protažení, které je důležité před hlavní činností tj. vymýšlení tanečních vystoupení.

Zařazujeme jednoduché cviky a postupně přidáváme náročnější, které provádějí členi s dopomocí. Vycházíme také z jógy, jde především propojení cviku se správným dýcháním. Dbáme na správné provedení cviku. Pravidelným zařazováním zdravotního cvičení, pozorujeme u členů zlepšení, jak v náladě, tak v koordinaci pohybů.





POZVÁNKA NA DIVADELNÍ  
PŘEDSTAVENÍ



SPMP ČR Pobočný spolek Plzeň – město, Happy Handicap

**HOTEL U DVANÁCTI  
MRTVÝCH**

detektivní příběh

**neděle 22. 5. 2016 od 16 hodin**  
KD Peklo, Pobřežní 10, Plzeň  
divadelní sál



Těšíme se na viděnou,  
Váš Happy Handicap!





### 2.1.3 BUBNOVÁNÍ – DRUM CIRCLE

Bubnování v kruhu (překlad Drum circle) jako jedna z metod muzikoterapie se velice osvědčila. Je u členů velice oblíbená. Členi již vystupují na akcích pořádaných spolkem tj. Vánoční besídka.

Bubnování v kruhu, při kterém nemusíte umět hrát na žádný hudební nástroj ani nepotřebujete znát hudební teorii, hrát může naprosto každý. Bubnování pro všechny.

Při této metodě hudební komunikace stačí, když se necháte vést rytmem, okolím a tzv. facilitátorem (facilitovat = pomáhat), který je uprostřed kruhu. Jeho hlavním úkolem je usměrňovat bubnování s podporou a podanou rukou všem. Udává rytmus, podněcuje jednotlivé účastníky, řídí jednotlivé techniky, přidává nebo ubírá bubnování na rychlosti či intenzitě a prostě a jednoduše dostává

účastníky do varu!



Nejde primárně o vytváření hudby, ale o společný zážitek z hledání rytmu a sdílení radosti z bubnování.

Jedinou podmínkou je respekt ke skupině, poslouchání rytmu celé skupiny a dání prostoru ostatním, aby se mohli také vyjádřit.

## 2.2 DALŠÍ AKTIVITY

- „ŘEKNEM SI TO“  
Plánovaný projekt, částečně realizován v rámci kroužků
- PRAHA - PLZEŇ  
Navazování nových kontaktů, spolupráce s organizacemi z Plzeňského kraje a Prahy

### 2.2.1 ŘEKNEM SI TO

Cílem je vytvořit svépomocnou skupinu, která se bude pravidelně scházet. Lektor bude přítomen jako přisedící, který bude dopomáhat k tomu, aby diskuse byla plynulá a konstruktivní – zjištění problému a pomoc při řešení.

Zatím tento projekt není v plné míře realizován. Situace, ať už příjemné nebo nepříjemné, radosti a konflikty jsou řešeny aktuálně při společných setkáních. Členi si navzájem předávají zkušenosti a snaží se vzájemně si pomoci. Cesta k řešení všech situací není jednoduchá, mnohdy je potřeba více setkání nebo individuální sezení a rozmluva s rodiči.

Věříme, že brzy uvedeme i tento projekt v život jako jednu z pravidelných aktivit, jelikož vnímáme „společné povídání“ jako velice důležité pro psychickou pohodu členů či skupiny na jednotlivých kroužcích.

## **2.2.2 PRAHA - PLZEŇ**

Navazování nových kontaktů, spolupráce s organizacemi z Plzeňského kraje a Prahy.

Cíle:

- Zlepšit komunikační dovednosti ve skupině
- Rozvíjet mezilidské vztahy – vnímání skupiny, navazování nových kontaktů
- Domlouvat se mezi sebou
- Zvládnout pohyb v terénu – používání dopravních prostředků, umět si říct o pomoc, samostatně zařizovat věci

### **2.2.2.1 SPOLUPRÁCE S ORGANIZACEMI Z PLZEŇSKÉHO KRAJE**

Přibyla nová spolupráce

- Ulita na statku
- Středisko volného času Radovánek
- Správa informačních technologií Plzeň
- MěO STP Plzeň

Pokračující spolupráce

- ČCE Diakonie Západ, Plzeň
- ZŠ Speciální škola Skupova, Plzeň
- Plzeň 2015, o.p.s.
- Motýl o.s., Plzeň
- Občanské sdružení Ty a Já, Plzeň
- Vlaštovka, Plzeň
- Salesiánské středisko mládeže v Lobzích, Plzeň
- Domov pro osoby se zdravotním postižením Milíře, Tachov
- Plzeňská krajská rada dětí a mládeže z. s.

### **2.2.2.2 SPOLUPRÁCE V PRAZE**

- SPMP ČR Praha
- MATEŘSKÁ ŠKOLA U NOVÉ ŠKOLY (Praha 9)
- KAVÁRNA DO VĚTRU (Praha 6)

## 2.3 VLASTNÍ AKTIVITY

- Pravidelná setkávání se členy SPMP
- Vánoční besídka
- Výlety Praha
- ZÁVEREČNÉ KULTURNÍ PŘEDSTAVENÍ v divadle - prezentace vlastních představení
- WORKSHOPY PRO DĚTI S MP

## 3 ORGÁNY ORGANIZACE

Statutární orgán – výbor

Předsedkyně: Mgr. Markéta Smýkalová, 13.1.1988

Místopředsedkyně: Markéta Matoušková, 19.1.1982

Člen: Bc. Magdalena Rusňáková, 10.3.1992

Kontrolní orgán

Kontrolor: Karolína Tyslová, 26.10.1991

## 4 FINANCOVÁNÍ

Dobrovolný členský příspěvek byl odhlasován jako předešlý rok na 100,- ročně. Přehled poskytnutých dotací a darů viz níže.

Doposud stále nebyly plně financovány aktivity spolku a ohodnocení lektorů. Na základě této situace vykonávají lektoři činnosti s malým platovým ohodnocením nebo zcela dobrovolně. Mnohé náklady byly pokryty i z našich vlastních zdrojů.

Na této situaci stále pracujeme. Naším cílem je získat finanční prostředky, jež by plně pokryly náklady na činnosti spolku.

### PŘÍJMY:

Sponzorské dary:	6000,-
Dotace:	30000,-
Členské příspěvky:	2800,-
<b>Celkem:</b>	<b>38800,-</b>

### VÝDAJE:

Materiál:	7158,-
Služby:	11947,-
Cestovné	10425,-
Mzdy:	10000,-
Ostatní:	500,-
<b>Celkem:</b>	<b>40030,-</b>

## 5 PODĚKOVÁNÍ

Poděkování patří všem členům za aktivní účast na chodu spolku. Také děkujeme za podporu rodičům, blízkým, dobrovolníkům a v neposlední řadě za podporu ze SPMP ČR.

Za poskytnutou dotaci na docházkové aktivity spolku děkujeme Ministerstvu zdravotnictví ČR. Za sponzorský dar děkujeme panu Votavovi.

## 6 KONTAKTNÍ ÚDAJE

NÁZEV ORGANIZACE: SPMP Pobočný spolek Plzeň město

Právní forma: Pobočný spolek

DATUM ZÁPISU: 20.5.2016

ČÍSLO ORGANIZACE L 62416

SÍDLO ORGANIZACE: Tichá 715/8, Skvrňany, 318 00, Plzeň

IČ: 04031016

## OBSAH

ÚVODNÍ SLOVO .....	2
1 PŘEDSTAVENÍ SPOLKU SPMP ČR Pobočný spolek Plzeň – město ...	3
2 AKTIVITY V ROCE 2016 .....	3
2.1 PRAVIDELNÉ DOCHÁZKOVÉ:.....	5
2.1.1 DRAMATICKO-TANEČNÍ KROUŽEK.....	5
2.1.2 ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ.....	7
2.1.3 BUBNOVÁNÍ – DRUM CIRCLE .....	9
2.2 DALŠÍ AKTIVITY .....	10
2.2.1 ŘEKNEM SI TO .....	10
2.2.2 PRAHA - PLZEŇ.....	11
2.3 VLASTNÍ AKTIVITY.....	12
3 ORGÁNY ORGANIZACE.....	12
4 FINANCOVÁNÍ .....	12
5 PODĚKOVÁNÍ .....	13
6 KONTAKTNÍ ÚDAJE.....	14

