Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

Fakulta
tělesné kultury

PROJEKT INKLUZIVNĚ SPORTOVNĚ – REKREAČNÍHO ZAŘÍZENÍ CENTRUM KARA

Diplomová práce

Autor: Bc. Alena Krejčí

Studijní program: Aplikované pohybové aktivity

Vedoucí práce: Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

Olomouc 2025

Bibliografická identifikace

Jméno autora: Bc. Alena Krejčí

Název práce: Projekt inkluzivně sportovně rekreačního zařízení – centrum KARA

Vedoucí práce: Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

Pracoviště: Katedra aplikovaných pohybových aktivit

Rok obhajoby: 2025

Abstrakt: Diplomová práce se zaměřuje na analýzu proveditelnosti projektu sportovně-rekreačního centra s pracovním názvem centrum KARA v Rejhoticích, Loučné nad Desnou. Toto centrum má poskytovat rozsáhlé služby, zahrnující pobytové, rehabilitační, pohybové a sportovní aktivity, s důrazem na osoby se specifickými potřebami.

Teoretická část práce se věnuje významu pohybových aktivit pro osoby se specifickými potřebami a zkoumá příklady obdobných center v České republice i v zahraničí. Praktická část práce se zaměřuje na analýzu trhu, ekonomické efektivity a dlouhodobé udržitelnosti projektu. Dále hodnotí personální požadavky, marketingové strategie, možná rizika a způsoby jejich minimalizace. Součástí je také posouzení sociálního přínosu centra, jeho spolupráce s institucemi a dopadu na místní komunitu. Hlavním cílem práce je poskytnout komplexní podklady pro investiční rozhodnutí o realizaci centra KARA.

Klíčová slova:

aplikované pohybové aktivity, sociální rehabilitace, marketing, studie proveditelnosti, outdoorové aktivity.

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author: Bc. Alena Krejčí

Title: The project of an inclusive sports and recreation facility - the KARA center

Supervisor: Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

Department: Department of Adapted Physical Activities

Year: 2025

Abstract: The diploma thesis focuses on analyzing the feasibility of a project for a sports and recreational center with the working title Centrum KARA in Rejhotice, Loučná nad Desnou. This center aims to provide extensive services, including accommodation, rehabilitation, physical therapy, and sports activities, particularly for individuals with specific needs.

The theoretical part of the thesis examines the importance of physical activities for people with special needs and explores examples of similar centers in the Czech Republic and abroad. The practical part focuses on market analysis, economic efficiency, and the project's long-term sustainability. It also evaluates personnel requirements, marketing strategies, potential risks, and ways to mitigate them. Additionally, it assesses the center's social benefits, cooperation with institutions, and impact on the local community.

The main objective of the thesis is to provide a comprehensive basis for an investment decision regarding the realization of Centrum KARA.

Keywords:

adapted physical activities, social rehabilitation, marketing, feasibility study, outdoor activities.

I agree that the thesis paper should be lent through the library service.

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracovala samostatně pod vedením Mgr. Ondřeje Ješiny, Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. dubna 2025

.....

Alena Krejčí

Děkuji Mgr. Ondřeji Ješinovi, Ph.D. za cenné odborné konzultace, čas a podporu, které mi věnoval nejen při zpracování této diplomové práce, ale i během celého mého studia. Zvláštní poděkování patří také za jeho inspirativní vizi, která stála u zrodu tohoto projektu a výrazně ovlivnila jeho směřování.

OBSAH

OBSAH 7
ÚVOD 12
1 PŘEHLED POZNATKŮ 13
1.1 APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY 13
1.1.1 Významné dokumenty spojeny s APA 14
1.1.2 Pohybová aktivita u osob se specifickými potřebami a její význam 16
1.1.3 Rehabilitace v APA 17
1.1.4 Rekreační pohybové aktivity v APA 18
1.1.5 Sociální rehabilitace 20
1.1.6 APA v letním období 21
1.1.7 APA v zimním období 27
1.2 PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE V ZAHRANIČÍ 33
1.2.1 Adaptive sport center – USA 33
1.2.2 Beitostølen Health Sports Center – Norsko 34
1.2.3 Active Disability Ireland 35
1.2.4 Gold Coast Recreation & Sport Inc. – Austrálie 36
1.2.5 Whistler Adaptive Sports Program – Kanada 38
1.2.6 AdaptABLE Outdoors – Kanada 39
1.2.7 Community Recreational Initiatives Society (CRIS) – Kanada 39
1.3 PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE V ČR 40
1.3.1 Rehabilitační ústavy a lázně 40
Rehabilitační ústav Kladruby 40
Rehabilitační ústav Hrabyně a Chuchelná 41
Termální lázně Velké Losiny 42
Státní léčebné lázně Janské Lázně 43
1.3.2 Centrum PARAPLE 44
1.3.3 Centrum Kociánka pracoviště Březejc 46
1.3.4 Lipno bez bariér 47
1.3.5 Národní sportovní centrum Nymburk 48
1.3.6 Centrum handicapovaných lyžařů 48

1.3.7 Sportability ... 49
1.3.8 ParaCENTRUM Fenix ... 49
1.4 STUDIE PROVEDITELNOSTI ... 51
1.4.1 Obsah studie proveditelnosti ... 51
2 CÍLE ... 54
2.1 Hlavní cíl ... 54
2.2 Dílčí cíle ... 54
3 METODIKA ... 55
3.1 Výzkumný soubor ... 55
3.2 Metody sběru dat ... 56
3.3 Statistické zpracování dat ... 56
4 VÝSLEDKY PRÁCE A DISKUZE ... 57
4.1 Lidské zdroje ... 57
4.1.1 Personální složení ... 57
4.1.2 Motivace a nábor zaměstnanců ... 58
4.1.3 Studenti a odborné praxe ... 59
4.1.4 Dobrovolníci ... 60
4.2 Marketing, PR ... 61
4.2.1 Komunikace s partnery, sponzory a veřejností ... 61
4.2.2 Webové rozhraní a rezervační systém ... 61
4.2.3 Využití sociálních sítí ... 62
4.2.4 Zapojení ambasadorů ... 62
4.2.5 Sezónní kampaně a výjimečné akce ... 62
4.3 Spolupráce ... 63
4.3.1 Spolupráce – Lázně Velké Losiny ... 63
4.3.2 Spolupráce s Fakultou tělesné kultury v Olomouci ... 64
4.4 Dlouhodobá udržitelnost ... 64
4.4.1 Ideální koncept centra ... 65
4.4.2 Plánování ... 66
4.4.3 Klíčové prvky úspěšného fungování centra ... 66
4.5 Finanční udržitelnost ... 68

4.5.1 Náklady na výstavbu a počáteční investice ... 68
4.5.2 Strategie financování centra KARA ... 68
4.5.3 Cenotvorba a principy nastavení ceny služeb ... 69
4.5.4 Pojištění ... 70
4.6 Dispozice centra ... 70
4.6.1 Wellness a rekreační zázemí ... 71
4.6.2 Design interiéru a vybavení pokojů ... 72
4.6.3 Bezbariérovost a funkčnost prostor ... 72
4.6.4 Fyzioterapeutické a rehabilitační pomůcky ... 72
4.6.5 Pomůcky pro APA a herní aktivity ... 72
4.6.6 Exteriér – relaxace a mobilita ... 73
4.6.7 Zázemí pro sportovní a technické vybavení ... 73
4.6.8 Stravování a služby pro rodiny s dětmi ... 73
4.7 Sociální rehabilitace ... 73
4.7.1 Aplikované pohybové aktivity a outdoorové programy ... 74
4.7.2 Doporučení pro podobu rehabilitačních programů ... 75
4.7.3 Modely rehabilitačních pobytů ... 75
4.7.4 Individuální a skupinová rehabilitace ... 76
4.7.5 Zapojení sociálních služeb ... 76
4.7.6 Zapojení zdravotnických služeb – fyzioterapie ... 77
4.7.7 Doporučení a atraktivita volnočasových a pohybových aktivit ... 78
4.7.8 Způsoby evidence a práce s individuálními potřebami klientů ... 79
4.7.9 Bezpečnost klientů při aktivitách ... 80
4.7.10 Překážky při organizaci rekreačně sportovních aktivit ... 80
4.7.11 Kapacity skupin a personální zajištění ... 81
4.8 Studie proveditelnosti ... 81
4.9 Představení projektu ... 81
4.10 Etapy projektu ... 94
4.10.1 Předinvestiční fáze (Přípravná fáze) ... 94
4.10.2 Investiční fáze (Realizační fáze) ... 94
4.10.3 Provozní fáze (Fáze udržitelnosti) ... 95
4.10.4 Analýza trhu a poptávky ... 96
4.10.5 Analýza ochoty platit za týdenní pobyt ve sportovně-rehabilitačním centru . 96

4.10.6 Turistická vytíženost oblasti Kouty nad Desnou 97
4.10.7 Hotely v okolí a jejich cenová politika 98
4.10.8 Doporučení pro plánování a nastavení služeb centra KARA 100
4.11 Managment lidských zdrojů 101
4.11.1 Personální složení a klíčové role 101
4.11.2 Nábor a motivace zaměstnanců 103
4.11.3 Zapojení studentů do činnosti centra KARA 103
4.11.4 Zapojení dobrovolníků do činnosti centra KARA 104
4.12 Marketing a PR 104
4.12.1 Webové rozhraní a rezervační systém 105
4.12.2 Využití sociálních sítí 105
4.12.3 Zapojení ambasadorů 105
4.12.4 Komunikace s partnery, sponzory a veřejností 106
4.12.5 Sezónní kampaně a výjimečné akce 106
4.13 Finanční plán a ekonomická analýza 106
4.13.1 Investiční náklady a financování zahájení provozu 107
4.13.2 Komerční model a přímé výnosy 107
4.13.3 Strategická a mezioborová partnerství jako nástroj finanční stability 107
4.13.4 Cenotvorba 108
4.13.5 Hodnocení efektivity a udržitelnosti projektu 108
4.13.6 Ekonomická soběstačnost a provozní model 108
4.13.7 Plánování 108
4.13.8 Kvalitní a odborný personál 109
4.13.9 Kvalitní a atraktivní pohybová nabídka 109
4.13.10 Efektivní propagace a budování značky 110
4.13.11 Spolupráce s odbornými institucemi a partnery 110
4.13.12 Dispoziční řešení jako součást udržitelnosti centra KARA 110
4.13.13 SWOT analýza 112
4.14 Sociální rehabilitace 116
4.14.1 Pojetí sociální rehabilitace v centru KARA 116
4.14.2 Aplikované pohybové aktivity a outdoorové programy 117
4.14.3 Doporučené formáty rehabilitačních pobytů 118
4.14.4 Zapojení registrovaných sociálních služeb 120

4.14.5 Fyzioterapie jako součást nabídky služeb 120
4.14.6 Práce s individuálními potřebami a bezpečnost klientů 121
4.14.7 Personální kapacity a organizace skupin 122
4.15 Analýza spolupráce 123
4.15.1 Spolupráce s Lázněmi Velké Losiny 123
4.15.2 Spolupráce s Fakultou tělesné kultury UP v Olomouci 124
4.15.3 Spolupráce s regionálními partnery v rámci rozšíření sportovně rekreačních služeb centra 124
4.15.4 Spolupráce s dobrovolníky 125
4.15.5 Potenciální partnerské organizace v Olomouckém Kraji 126
4.15.6 Celorepublikové organizace relevantní pro spolupráci s Centrem KARA 126
4.15.7 Rehabilitační ústavy a specializovaná centra a organizace 127
4.15.8 Vzdělávací instituce 128
4.16 Vliv a dopad centra KARA na místní komunitu 128
5 ZÁVĚR 130
6 SOUHRN 133
7 SUMMARY 134
8 REFEREČNÍ SEZNAM 135
9 PŘÍLOHY 146
9.1 Vyjádření etické komise 146

ÚVOD

Pohyb je jedním ze základních pilířů kvalitního a plnohodnotného života. Každý jeden z nás by měl mít příležitost se aktivně hýbat, bez ohledu na sociální status s respektem ke svému zdraví. Často si neuvědomujeme, kolik toho můžeme dělat, jak svobodní jsme v našich rozhodnutích, jak kvalitně a pohodlně si žijeme, dokud se nám něco nepřihodí nebo někomu v našem okolí. Obyčejná zlomenina ruky či nohy nás lehce dokáže vyřadit z našeho běžného fungování. To není nic ve srovnání s různými typy handicapu nebo dlouhodobými nemoci, se kterými někteří jedinci žijí od narození nebo je získali v průběhu svého života. Avšak, člověk je druh přizpůsobivý a dokáže si hledat cestičky, možnosti, a to i v odvětví sportu pro osoby se specifickými potřebami. Dnes existuje spoustu příležitostí, jak i přes nepřízeň osudu se i osoby se specifickými potřebami můžou zapojit do pohybových aktivit, včetně těch outdoorových. Nicméně i přes tento fakt, spoustu osob se specifickými potřebami netuší, co všechno za pohybové aktivity by mohli dělat, vyzkoušet. Často z důvodu toho, že se v místě jejich bydliště se nenachází žádná organizace/centrum, která by tyto aktivity zprostředkovávala nebo jim poskytla „know-how“ pro aktivní trávení volného času. Tento nedostatek pramení mimo jiné z toho, že v České republice je stále málo organizací a center, jež by se cíleně věnovaly pohybovým aktivitám (včetně nesportovního pojetí) pro osoby s různými specifickými potřebami.

Jedním z míst, které má ambici tuto službu nabízet, je sportovně-rekreační zařízení při Ski areálu Kareš – inovovaný subjekt s pracovním názvem Centrum KARA – v Rejhoticích (Loučná nad Desnou). Cílem je vytvořit centrum, které bude fungovat celoročně a nabídne rehabilitační, pobytové, sportovní i volnočasové služby pro jedince se specifickými potřebami. Klienti zde budou moci vyzkoušet širokou škálu pohybových aktivit v závislosti na ročním období. Zároveň zde najdou příležitost k setkávání s lidmi s podobnými zájmy a zkušenostmi, ale i s běžnou veřejností. Tím vznikne prostor pro sdílení, vzájemnou motivaci i přirozenou inkluzi prostřednictvím společné účasti na aktivitách.

Centrum bude prostřednictvím aplikovaných pohybových aktivit usilovat o to, aby u svých klientů podpořilo pozitivní vztah k pohybu a přispělo tak ke zvyšování kvality jejich života. Zároveň zvýší povědomí o oboru aplikovaných pohybových aktivit mezi uživateli, sportovci, odbornou i širokou veřejností, včetně potenciálních studentů tohoto oboru. Vznikne tak inkluzivní prostor, kde se může setkávat většinová společnost s osobami se specifickými potřebami a společně vytvářet prostředí otevřené všem.

Tato diplomová práce tvoří jeden z předpokladů pro zahájení fungování tohoto centra. Jejím cílem je analyzovat silné a slabé stránky projektu klasickou formou SWOT analýzy a poskytnout hlavnímu investorovi podklady nezbytné pro jeho realizaci.

1 PŘEHLED POZNATKŮ

V následujícím přehledu poznatků vymezuji nejzákladnější terminologické přístupy pro pojem aplikované pohybové aktivity. Uvádím jejich legislativní ukotvení a nabízím různé pohledy na strukturu, pilíře aplikovaných pohybových aktivit představuje vybrané pohybové aktivity potenciálně plánované pro připravované centrum uvedené ve výsledkové části. Toho se týkají i příklady dobré praxe ze zahraničí a u nás. Tyto inspirace budou východiskem pro mé uvažovaní nad metodikou pro sběr dat. Poslední část věnuji tématu formátu studie proveditelnosti se záměrem využít této formy pro strukturu ve výsledkové části.

1.1 APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY

Na začátek je nutné vymezit pojem pohybová aktivita. Podle definice Světové zdravotnické organizace se pohybová aktivita týká činností, které zahrnují svalovou práci vedou ke zvýšení srdečního tepu a dýchací frekvence (WHO, 2024).

Pohybovou aktivitu lze také vnímat jako celistvý koncept, který zahrnuje různé činnosti prováděné během dne, ať už se jedná o sport, domácí práce, školní aktivity nebo hry (Brettschneider et al., 2004).

V této práci bude používán pojem „osoby se specifickými potřebami“, jímž jsou označováni jedinci, kteří v důsledku zdravotního postižení, omezení či jiné životní situace vyžadují individuální podpůrná opatření k tomu, aby mohli vést plnohodnotný a rovnoprávný život. Tato skupina zahrnuje osoby s různými typy postižení – fyzickým, smyslovým, mentálním, komunikačním, dále osoby s dočasnými tělesnými či zdravotními omezeními (např. po úrazech), osoby s duševními a behaviorálními poruchami, stejně jako jedince s chronickým onemocněním.

Toto vymezení odpovídá širšímu chápání speciálních vzdělávacích potřeb, jak je definuje § 16 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), a dále konkretizuje vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných.

Aplikované pohybové aktivity (APA) jsou multidisciplinárním oborem (Sherrill, 2004). APA zahrnují činnosti, jako je tělesná výchova, sport, rekreace a rehabilitace pro osoby se specifickými potřebami (Kudlacek & Barrett, 2011).

APA se například zaměřují i na poskytování služeb osobám se specifickými potřebami (Sherrill, 2007). APA také představují akademický obor a profesní sféru. Tyto dvě odvětví se věnují přijímání individuálních rozdílů, snaží se podporovat a zlepšit přístup ke specifikům

vzdělávání, aktivnímu životnímu stylu a sportovním aktivitám u osob se specifickými potřebami (Ferreira & Morgulec-Adamowicz, 2011).

V současném uspořádání vědních oborů a disciplín jsou aplikované pohybové aktivity začleněny do oblasti kinantropologie, která se zabývá studiem lidského pohybu. APA úzce spolupracují s širokým spektrem vědních oborů, včetně pedagogiky, biomechaniky, sociologie, psychologie a dalších (Válková, 2012).

Na mezinárodní úrovni jsou v současnosti APA definovány jako mezipředmětová akademická disciplína, která se zaměřuje na identifikaci a řešení individuálních rozdílů v oblasti pohybových aktivit. Tyto činnosti podporují respektování osobních odlišností, podporují aktivní způsob života a účast v tělesných aktivitách osob se specifickými potřebami (EUFAPA, 2006).

1.1.1 Významné dokumenty spojeny s APA

Považuji za důležité zmínit některé klíčové dokumenty a normy, které formují kontext a stanovují rámec pro začleňování osob se specifickými potřebami do sportovních aktivit a společnosti obecně. Níže uvádím dokumenty v nadnárodní, evropské a národní úrovni.

Úmluva o právech osob se zdravotním postižením

Úmluva OSN o právech osob se zdravotním postižením, přijatá v roce 2006, má za cíl podporovat, chránit a zajišťovat plné a rovné užívání všech lidských práv a základních svobod pro osoby se specifickými potřebami. Definuje klíčové zásady, včetně nediskriminace, rovnosti příležitostí, osobní samostatnosti, respektu k individualitě a plné účasti ve všech oblastech života. Úmluva také zdůrazňuje právo osob se specifickými potřebami na kulturní život, rekreaci, volný čas a sport. Signatářské státy se zavazují podporovat plnou účast těchto jedinců v těchto aktivitách a zajistit jim přístup k odpovídajícím zařízením. Turistika a rekreace jsou rovněž klíčovými aspekty života osob se specifickými potřebami, a proto státní strany musí zabezpečit, že rekreační zařízení a turistické služby budou přístupné a příjemné pro tuto skupinu obyvatelstva. Tato zařízení a služby musí být plně přístupné pro všechny bez ohledu na jejich zdravotní stav či postižení a musí respektovat potřeby a důstojnost osob se zdravotním postižením (OSN, 2006).

Evropská charta sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby

Jedná se o klíčový dokument, který se zabývá začleněním osob se specifickými potřebami do sportovních a rekreačních aktivit. Dokument zdůrazňuje důležitost poskytování rovných příležitostí pro účast ve sportu a rekreačních činnostech bez ohledu na zdravotní stav. Navrhuje

opatření k odstranění překážek, které mohou bránit osobám se specifickými potřebami v účasti na sportovních a rekreačních aktivitách, a podporuje vytváření prostředí, které je přístupné a přívětivé pro všechny. Dokument také klade důraz na význam rekreačních a sportovních aktivit pro zdraví, pohodu a sociální integraci osob se specifickými potřebami, a vyzývá k podpoře jejich aktivní účasti v těchto oblastech prostřednictvím poskytování odpovídající infrastruktury, programů a podpory (Rada Evropy, 1996).

Evropská charta sportu

Evropská charta sportu, přijatá ve Štrasburku v roce 2001, je významným dokumentem, který posiluje hodnotu sportu a jeho přínosy pro společnost. Tato charta zdůrazňuje roli sportu jako prostředku k podpoře zdraví, sociální soudržnosti a osobního rozvoje. Současně klade důraz na principy jako je spravedlnost, solidarita a respekt k lidským právům. Důležitým aspektem této Charty je také důraz na poskytování rovných příležitostí pro všechny, bez ohledu na pohlaví, věk, postižení, sociální nebo etnický původ. Tímto způsobem přispívá k podpoře inkluzivního a diverzifikovaného sportovního prostředí (Evropský parlament, 2001).

Bílá kniha o sportu

Bílá kniha o sportu byla vydaná v Bruselu v roce 2007, představuje důležitý dokument, který se zabývá širokým spektrem otázek spojených se sportem a jeho významem ve společnosti. Tato kniha se zaměřuje na podporu sportu a pohybové aktivity pro všechny občany, včetně osob se specifickými potřebami. Zahrnuje analýzy politik, strategií a programů, které mají za cíl zajistit přístupnost sportu pro všechny jednotlivce bez ohledu na jejich schopnosti či znevýhodnění. Bílá kniha rovněž zdůrazňuje důležitost sportu pro osoby se specifickými potřebami a představuje strategie a iniciativy k podpoře jejich účasti v různých sportovních aktivitách. Tento dokument představuje cenný zdroj informací pro tvorbu politik a programů podpory sportu a inkluze osob se specifickými potřebami a může sloužit jako inspirace pro další vývoj v oblasti sportu a zdravotní péče (Evropská komise, 2007).

Zákon o podpoře sportu.

Zákon č. 115/2001 Sb., o podpoře sportu, ve znění pozdějších předpisů, má za cíl zajistit podmínky pro rozvoj sportu a pohybových aktivit pro všechny občany v České republice. Tento zákon stanovuje, že kraje a obce mají povinnost vytvářet vhodné podmínky pro rozvoj sportu, které zahrnují podporu obecného sportování, identifikaci a podporu sportovních talentů a jednotlivců se specifickými potřebami. Podpora sportu pro všechny občany zahrnuje nejenom poskytování infrastruktury a zařízení pro sportování, ale také vytváření programů a aktivit,

které jsou dostupné a přístupné pro všechny obyvatele, včetně těch se specifickými potřebami. To znamená, že kraje a obce by měly zajišťovat dostupnost a přístupnost sportovních zařízení pro osoby se specifickými potřebami, poskytovat speciální sportovní programy a podporu pro jedince se specifickými potřebami, a také podporovat integraci těchto osob do sportovních aktivit a společenského života. Tento zákon vychází z principů rovných příležitostí a inkluze, které jsou základem demokratické společnosti, a má za cíl zajistit, aby sportovní aktivity byly dostupné a přístupné pro všechny občany bez ohledu na jejich zdravotní stav či fyzické schopnosti (Zákon č. 115/2001 Sb., 2001).

1.1.2 Pohybová aktivita u osob se specifickými potřebami a její význam

Pravidelná pohybová aktivita hraje zásadní roli ve vztahu ke zdraví a celkové kvalitě života. Nedostatek pohybu může zvyšovat riziko vzniku různých chronických onemocnění, včetně kardiovaskulárních chorob, a zároveň negativně ovlivňovat kvalitu života. Aktivní životní styl však poskytuje nejen fyzické, ale i sociální a psychologické výhody, včetně prodloužení průměrné délky života a zlepšení duševního zdraví. Lidé, kteří se stali aktivnějšími, často zaznamenávají vyšší kvalitu života a zlepšení fyzického i psychického stavu (Parrish et al., 2020).

Na celém světě žije přibližně 1,5 miliardy jedinců s různými formami tělesného, mentálního, smyslového nebo intelektuálního postižení. Studie z oblasti aplikovaných pohybových aktivit naznačují pozitivní vliv fyzické aktivity na různé zdravotní aspekty. Byla doložena pozitivní souvislost mezi fyzickou aktivitou a kardiovaskulární zdatností, svalovou zdatností a duševním zdravím (Ginis et al., 2021). Aplikované pohybové aktivity (APA) zároveň významně přispívají k osobnímu rozvoji osob se specifickými potřebami, usnadňují jejich integraci do společnosti a zlepšují jejich sociální život a interakce s ostatními (Mira et al., 2023). Tyto přínosy jsou podpořeny i závěry studie (Lastuka & Cottingham, 2016), která dokládá, že pravidelná pohybová aktivita zvyšuje šance osob se specifickými potřebami na získání zaměstnání.

Nicméně osoby se specifickými potřebami často čelí překážkám, které jim brání zapojit se do pohybových aktivit. Mezi tyto bariéry patří nedostatečná dostupnost, problémy s dopravou, finanční omezení, architektonické bariéry nebo nízké povědomí o možnostech. Tyto překážky vedou k hypoaktivitě, která zvyšuje riziko vážných zdravotních komplikací, jako jsou metabolické a kardiovaskulární problémy (Diaz, Miller, Kraus, & Fredericson, 2019).

Podle studie (Ullenhag et al., 2024) je klíčovým krokem k překonání těchto překážek vytvoření inkluzivního prostředí, které podporuje participaci prostřednictvím cílených intervencí na několika úrovních. Na mikroúrovni zdůrazňují význam personifikovaného přístupu,

který respektuje přání, potřeby a preference každého člověka, a zapojení rodin a komunit do plánování a realizace rehabilitačních cílů. Na meziúrovni apelují na organizace, aby podporovaly interdisciplinární spolupráci a poskytovaly služby zasazené do reálných životních podmínek klientů. Na makroúrovni volají po radikálních změnách v politice, vzdělávání a veřejném povědomí, s cílem odstranit systémové bariéry a předsudky.

Klíčovým poselstvím této studie je, že dosažení inkluzivní participace vyžaduje koordinované úsilí na všech úrovních společnosti – individuální, organizační i systémové. Profesionálové by měli fungovat jako kouči a průvodci, kteří podporují jednotlivce i jejich rodiny při překonávání bariér participace, přičemž důraz by měl být kladen na dlouhodobé plánování a adaptaci na měnící se životní podmínky. Pouze koordinovaným úsilím je možné vytvořit prostředí, které umožní aktivní zapojení všech skupin obyvatelstva, zvýší rovnost příležitostí a podpoří zdravý a aktivní životní styl.

Na závěr této podkapitoly je nutné zdůraznit, že ačkoliv pohybové aktivity přinášejí podle různých studií významné přínosy, je nezbytné vždy zohlednit individuální zdravotní stav a schopnosti dané osoby. V některých případech může být nutné pohybové aktivity omezit nebo jim zcela zabránit, aby nebylo ohroženo zdraví jednotlivce (Hughes, 2021).

1.1.3 Rehabilitace v APA

Rehabilitace, podle World Health Organization (2024), představuje soubor intervencí, které mají za cíl optimalizovat funkčnost a snížit invaliditu u jedinců se zdravotními problémy v jejich prostředí. Dále lze hovořit o konceptu ucelené rehabilitace, který představuje multidisciplinární orientovaný přístup ke klientovi. Tento přístup zahrnuje léčebnou, pedagogickou, pracovní a sociální rehabilitaci a je zaměřen na komplexní podporu jedince při dosahování optimálního fungování a zapojení se do společnosti (Novosad, 2000).

Historicky byla rehabilitace spojována především s obnovou ztracených pohybových funkcí. Tímto vytvářela dojem, že se jedná o úkol především pro lékařské obory a zdravotnický sektor (Normann, Sandvin & Thommesen, 2004). Avšak s postupem času se rozsah rehabilitace rozšířil o dimenze participace a aktivity, jak ilustruje Mezinárodní klasifikace funkčnosti, zdravotního postižení a zdraví (Světová zdravotnická organizace, 2001). Tato evoluce vedla k rozdílům v obsahu a rozsahu rehabilitace mezi různými zeměmi, ovlivňující i variabilitu využití aplikovaných pohybových aktivit v rámci rehabilitace (Kudlacek & Barrett, 2011).

Například v norském kontextu je rehabilitace definována jako časově omezené, plánované procesy s dobře definovanými cíli a prostředky, na kterých spolupracují různí aktéři, aby pomohli

uživatelům v jejich vlastním úsilí o dosažení co největšího fungování a zvládání kapacity, nezávislosti a účasti ve společnosti (Normann et al., 2004). Z této definice vyplývají dvě klíčové myšlenky. Za prvé, rehabilitace je v tomto kontextu spoluprací mezi různými odborníky a pacientem, zahrnující i sociální pracovníky a pedagogy. Za druhé, konečným cílem rehabilitace je dosažení nezávislosti a účasti ve společnosti, přičemž obnova ztracených funkcí je pouze jedním z aspektů.

Rehabilitační odborníci by měli zajistit, aby pacienti byli schopni účastnit se klíčových životních situací (Jespersen, 2008). Studie od (Røe, Dalen, Lein & Bautz-Holter, 2008) naznačuje, že rehabilitační přístup v Beitostølen Healthsports Center, které se nachází v Norsku má velice pozitivní účinky na duševní a fyzické fungování osob se specifickými potřebami přijatých do centra.

Propojení rehabilitace a aplikovaných pohybových aktivit mohou být rozděleny do tří druhů. První možnost spočívá v přímém začlenění aplikovaných pohybových aktivit do rehabilitačního programu. Druhou možností propojení rehabilitace s APA se zaměření na psychosociální zdraví klienta. Osoby s trvalým postižením často zažívají sociální izolaci v důsledku neaktivního životního stylu, avšak účast v aplikovaných pohybových aktivitách může tuto situaci změnit. Klienti se setkávají s lidmi, kteří sdílejí podobné problémy, což umožní výměnu zkušeností a lepší zvládání postižení. Třetí možnost spočívá ve spojení rehabilitace s aplikovanými pohybovými aktivitami ve vzdělávání a zdravotní péči. Při využívání pohybové aktivity mohou klienti vnímat, jak jejich tělo reaguje na aktivity a příznivé účinky pohybu, které pohybová má na kvalitu života a schopnost vykonávat každodenní činnosti (Standal, Nyquist & Mong, 2018).

1.1.4 Rekreační pohybové aktivity v APA

Na úvod je důležité definovat pojem rekreace a pohybová rekreace.

Slovo "rekreace" má původ v latinských slovech "re – creare", která označují obnovení, znovuvytvoření, ale také odpočinek, relaxaci či osvěžení (Linhart, 2002). Rekreace je souborem aktivit, které lidé provozují ve svém volném čase, včetně dovolené, a často se jedná o formu cestovního ruchu. Obecněji chápáno, rekreace zahrnuje využívání volného času, které může zahrnovat aktivní pohyb, účast na různých událostech, cestování a turistiku (Pásková & Zelenka, 2002). Rekreace je spojována s časem stráveným mimo pracovní povinnosti, přičemž každý člověk preferuje jiný způsob trávení volného času. Výběr rekreačních aktivit je ovlivněn kulturními tradicemi, výchovou i aktuální životní situací. Rekreace zahrnuje zábavu, odpočinek

a obnovu psychických i fyzických sil, přičemž její podoba závisí jak na samotném jedinci, tak na společenském prostředí, ve kterém se odehrává (Slepičková, 2000).

(Teplý, 1969) definuje pohybovou rekreaci jako aktivitu spojenou s tělovýchovou a pohybem prováděnou ve volném čase, která slouží k odpočinku, zábavě, udržení zdraví a fyzické kondice. Dle (Hodaň & Dohnal, 2005) je pohybová rekreace činnost prováděná jednotlivcem, která zahrnuje fyzický pohyb a má za následek pozitivní zážitky a žádoucí změny nejen v tělesné, ale také v psychické a sociální sféře. Pohybová rekreace je také součástí tělesné kultury i rekreace a zaměřuje se na regeneraci pracovní síly, kompenzaci negativních vlivů jednostranné práce a podporu tělesné i duševní kondice. Přispívá k prevenci civilizačních chorob a napomáhá aktivnímu a smysluplnému trávení volného času. Kromě tradičních pohybových aktivit, jako je chůze, cyklistika či lyžování, sem patří také manuální činnosti, například zahradničení nebo práce se dřevem (Serbus, 1981).

Rekreační pohybové aktivity získávají stále větší důležitost v podpoře aktivního životního stylu (Kinczel, Maklári & Müller, 2020). Pravidelná účast v rekreačních pohybových aktivitách není pouze prostředkem k aktivnímu odpočinku, ale především poskytuje efektivní ochranu před různými onemocněními, včetně těch spojených se stresem, obezitou, kardiovaskulárními problémy a mnoha dalších (Patten, Williams, Lavorato & Bulloch, 2013). Tyto aktivity motivují k pravidelnému pohybu a přispívají k celkovému zlepšení kvality života (Kinczel et al., 2020).

To platí i pro jedince se specifickými potřebami. Adaptivní rekreační aktivity hrají zásadní roli při podpoře sociálního začleňování osob se specifickými potřebami. Zapojení do těchto aktivit přináší zlepšení fyzické kondice, posiluje sebevědomí a podporuje navazování nových sociálních vazeb i prožívání nových zážitků. Klíčovým aspektem je usnadnění přístupu k integrovaným komunitním programům a veřejné dopravě, které umožňují lepší sociální inkluzi této specifické skupiny (Labbé, Miller & Ng, 2019).

V oblasti aplikovaných pohybových aktivit (APA) se v této souvislosti často využívá pojem terapeutická rekreace. Tento přístup je zaměřen na zlepšení kvality života prostřednictvím volnočasových a sportovních aktivit přizpůsobených potřebám osob s různými typy zdravotního postižení. Programy terapeutické rekreace zahrnují například sjezdové a běžecké lyžování, jízdu na koni, kanoistiku, cyklistiku, plavání a mnoho dalších aktivit. Mají pozitivní vliv nejen na celkové zdraví a kvalitu života účastníků, ale také na jejich rodinný a sociální život.

Hlavním cílem TR je podpora zdravého životního stylu a nezávislosti účastníků. Tyto programy fungují jako most mezi zdravotní péčí a běžným životem, odstraňují bariéry a napomáhají začlenění do společnosti. Významnou roli hraje zapojení rodinných příslušníků, což posiluje efektivitu intervencí a přispívá ke zlepšení kvality rodinného života. Účastníci si v rámci těchto aktivit osvojují nové dovednosti, poznávají možnosti adaptovaných sportovních

pomůcek a budují podpůrné vztahy, které podporují jejich dlouhodobou inkluzi a vyšší životní spokojenost.

Studie navíc ukazují, že terapeutická rekreace má pozitivní vliv nejen na fyzické zdraví, ale také na psychickou pohodu, redukuje pocity izolace a zlepšuje sociální vazby. Tyto programy představují efektivní nástroj pro podporu dlouhodobé udržitelnosti zdravotního a sociálního rozvoje osob se specifickými potřebami a jejich rodin. Integrace TR do komunitního prostředí tak významně přispívá k inkluzi a celkové kvalitě života této skupiny (Zabrinskie, Lundberg & Groff, 2005).

1.1.5 Sociální rehabilitace

Sociální rehabilitace představuje jednu ze základních forem sociálních služeb podle českého právního řádu a má zásadní význam pro podporu osob se zdravotním postižením nebo osob ohrožených sociálním vyloučením. Jejím cílem je napomoci těmto osobám v dosažení co nejvyšší možné míry samostatnosti, soběstačnosti a jejich aktivního zapojení do běžného společenského života. Podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, je sociální rehabilitace definována jako „soubor specifických činností zaměřených na dosažení samostatnosti, nezávislosti a soběstačnosti osob s cílem sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení“ (zákon č. 108/2006 Sb.).

Jak uvádí Sládková (2021), sociální rehabilitace tvoří pomyslný most mezi zdravotnictvím a sociálním systémem. Je nedílnou součástí komplexní péče a významně přispívá k návratu člověka do běžného života, zejména po nemoci nebo úrazu. Zahrnuje i pracovní a pedagogicko-výchovnou složku, čímž se stává nástrojem komplexní integrace do společnosti.

Jedním z významných prostředků sociální rehabilitace je sport a pohybová aktivita. Ty nejenže přispívají ke zlepšení fyzické kondice osob se zdravotním postižením, ale zároveň posilují jejich sociální začlenění, sebevědomí, nezávislost a celkovou psychickou pohodu. Farì (2023) uvádí, že pravidelná účast na sportovních aktivitách vede ke zlepšení motorických schopností, kvalitě života a vytváří prostor pro navazování sociálních vztahů. Adaptované sportovní aktivity přitom významně napomáhají začlenění osob se specifickými potřebami do širší komunity.

Významnou roli sportu jako nástroje sociální rehabilitace potvrzují i výsledky intervenčních programů u osob s mentálním postižením. Scifo et al. (2019) popisují sportovní intervenční programy jako účinný prostředek k posílení autonomie, sebedůvěry, společenské integrace a rozvoji sociálních dovedností, jako je spolupráce, komunikace či navazování vztahů.

K tomu je však nezbytné zajistit odborně vyškolený personál, bezpečné a přístupné prostředí a systematickou podporu ze strany škol, komunitních center i rodin.

Specifický přístup k sociální rehabilitaci nabízí i Centrum Paraple, které poskytuje služby lidem s poškozením míchy. Jejich rehabilitační programy, realizované formou třítýdenních pobytů, jsou založeny na individuálním přístupu a práci multidisciplinárního týmu. Klienti se učí novým pohybovým dovednostem, zkoušejí různé formy sportu, zlepšují držení těla, orientaci v prostoru a celkovou soběstačnost. Cílem těchto programů je nejen zlepšení fyzické kondice, ale také posílení sebevědomí, nezávislosti a aktivní účasti na životě společnosti (Centrum Paraple, 2024).

Důležitou roli hraje pohybová aktivita i v sociální rehabilitaci osob se zrakovým postižením. Alcaraz-Rodríguez, Medina-Rebollo, Muñoz-Llerena a Fernández-Gavira (2022) zdůrazňují, že pravidelná fyzická aktivita u této skupiny pozitivně ovlivňuje nejen fyzickou zdatnost a funkční nezávislost, ale také psychickou pohodu a kvalitu života. Zároveň přispívá ke zmírnění rizika sociální izolace, nízkého sebevědomí a sedavého způsobu života. Efektivní zapojení osob se zrakovým postižením do pohybových aktivit však vyžaduje odstranění architektonických bariér, dostupnost přístupných sportovních programů, odborně vyškolený personál a podporující sociální prostředí. Klíčová je rovněž informovanost rodin, spolupráce se speciálními školami a komunitními organizacemi.

1.1.6 APA v letním období

V této podkapitole uvedu několik pohybových aktivit pro letní období, které jsou vhodné pro osoby se specifickými potřebami. Z nepřeberného množství různých typů aplikovaných pohybových aktivit jsem se zaměřila na ty, které budou potenciálně podporovány v plánovaném centrum KARA nebo jsou zastoupeny v jeho bezprostřední blízkosti.

Cyklistika

Cyklistika spojuje aktivní pohyb s příležitostí k objevování nových míst během výletů, čímž kombinuje sportovní i praktické využití (Soulek & Martinek, 2000). Jízda na kole představuje efektivní formu fyzické aktivity s mnoha zdravotními přínosy (Oja et al., 2011). Tato aktivita přináší významné výhody i pro osoby se specifickými potřebami, neboť zvyšuje svalovou sílu, pohyblivost a sebevědomí (Baglia, 2014). Speciální kompenzační pomůcky, jako jsou tříkolky, tandemová kola nebo handbiky, významně rozšiřují možnosti cyklistiky i pro tyto osoby. Pomáhají jedincům se specifickými potřebami plynule se začlenit do cyklistické komunity (Benada & Zvonek, 2015). Cyklistika nejen zlepšuje zdraví a přispívá k účasti ve sportu,

ale má také pozitivní vliv na životní prostředí (Fraser & Lock, 2011). V České republice je oblast cykloturistiky pro vozíčkáře na vzestupu, přičemž je postupně rozšiřována nabídka speciálně upravených tras a cyklistických příležitostí pro osoby se specifickými potřebami. Mezi jednu z oblastí patří Jesenicko, které se může pochlubit řadou cyklotras přizpůsobených pro handbikery. Jak zmiňuje diplomová práce Veroniky Sedláčkové, bylo zde identifikováno několik tras vhodných pro vozíčkáře, které jsou navíc opatřeny speciálními značkami pro usnadnění orientace a zajištění bezpečného průjezdu (Sedláčková, 2011).

Golf

Golf je stále oblíbenější zájmovou aktivitou, ačkoli může být někdy vnímán jako sport s nižší fyzickou náročností. Ovšem studie ukazují, že golf přispívá k celkové fyzické aktivitě a má pozitivní vliv na kardiovaskulární, metabolické a muskuloskeletální zdraví (Murray et al., 2016). U jedinců se specifickými potřebami jsou tyto přínosy ještě důležitější. Studie ukazují, že hraní golfu může přinést zlepšení motorické kontroly, vizuální představivosti, snížení kardiovaskulárního rizika, zvýšení síly a flexibility, vytrvalostní kapacity a celkových fyzických schopností. Navíc golf může přispět k lepšímu duševnímu zdraví, včetně zvýšení sebevědomí a sociálních vztahů (Fry et al., 2017; Kim, Compton & Robb, 2011)

Příběhy účastníků golfu ukazují, že tato aktivita poskytuje radost, uspokojení a pocit dobrodružství, které mohou být pro osoby se specifickými potřebami velmi důležité. Je důležité zdůraznit, že golf je přístupný pro lidi s různými typy postižení a může být upraven podle individuálních potřeb a schopností (Monforte, Smith & Bennett, 2021).

Plavání a další vodní pohybové aktivity

Vodní prostředí nabízí mnoho výhod, jako je snížení zátěže těla díky nižšímu tlaku a přispívá k většímu pohodlí při pohybu (Yuan, Liu, Gao, Wang, & Qin, 2016). Pohyb ve vodě poskytuje široký přínos pro zlepšení fyzického stavu a pohody jedince. Mezi hlavní benefity patří zmírnění bolestí svalových křečí, relaxace, udržení nebo zvětšení rozsahu pohybu, reedukace ochrnutých svalů, těla a rozvoj jejich síly a vytrvalosti. Dále vodní prostředí podporuje chůzi a další funkční a rekreační aktivity, zlepšuje a koordinaci, krevní oběh a trofický stav kůže. Pohyb ve vodě také přispívá k povzbuzení a důvěře, což má pozitivní vliv na psychiku (Amedoro et al., 2020; Duffield, 1969; Kamioka et al., 2010; Waller et al., 2016). Vodní prostředí s sebou přináší i různé kontraindikace. Plavání v chlorovaných bazénech může negativně ovlivnit zdraví lidí. Expozice chloru může způsobit respirační problémy, zejména u dětí s astmatem. Dlouhodobá expozice chloru může také způsobit podráždění očí a nosu, a přispět ke kožním problémům, jako

je dermatitida. Je důležité minimalizovat expozici chloru a pravidelně monitorovat zdravotní stav těch, kteří často plavou v bazénech s chlorovanou vodou. (Zarzoso, Llana & Pérez-Soriano, 2010).

Plavání je jednou z nejoblíbenějších forem fyzické aktivity po celém světě a nabízí jedinečnou příležitost podporovat zdraví a pohodu všech jedinců, bez ohledu na pohlaví, věk, handicap nebo socioekonomický status (Hulteen et al., 2017; Lee & Oh, 2013). Plavání nejen přináší rozvoj motorických dovedností, ale také posiluje sociální interakci a podporuje osobní růst a sebedůvěru, zejména u jedinců se specifickými potřebami (Griesbach, 2023). U osob se specifickými potřebami můžeme také hovořit o aquaterapii, která poskytuje současné možnosti vodního prostředí. Aquaterapie, známá také jako hydroterapie, zahrnuje terapeutické činnosti prováděné ve vodě s vyšší teplotou s cílem pomoci při rehabilitaci a zotavení, jako je trénink nebo vážná zranění (Bartels et al., 2016; Brody, Geigle, & Geigle, 2009). Tato forma terapie má dlouhou historii a je často používána u osob se specifickými potřebami (Kamioka et al., 2010). Cílem je uvolnění kloubů, zlepšení pohyblivosti a snížení bolesti, pomoci i se svalovou koordinací a rovnováhou u určitých skupin populace (Khruakhorn & Chiwarakranon, 2021; Amedoro et al., 2020).

Z hydroterapie je spojeno mnoho metod, některé z nejpoužívanějších uvádím níže:

- Metoda WATSU (Dull, 2004).
- Metoda Bad Ragaz Ring (Gamper & Lambeck, 2009).
- Feldenkraisova metoda (Hillier & Worley, 2015).
- Halliwickova metoda (Martin, 1981).

Vodní turistika/Kajakování

Vodní turistika, známá také jako vodáctví, patří mezi nejoblíbenější formy aktivního odpočinku v České republice. Tato aktivita zahrnuje pohyb po vodní hladině pomocí různých plavidel, jako jsou kajaky, kánoe, rafty a pramice. Pro bezpečné a pohodlné vodácké zážitky je důležité vhodné vybavení, mezi které patří pádla, plovací vesty, přilby, neoprenové oblečení a kvalitní obuv (Vodní turistika – metodický kurz, n.d.).

Kajakování je jednou z nejrozšířenějších a nejdostupnějších forem vodní turistiky. Jedná se o komplexní fyzickou aktivitu, která přispívá ke zlepšení kondice, posílení svalstva horní části těla a rozvoji koordinace. Zároveň má pozitivní vliv na psychickou pohodu, pomáhá redukovat stres, zlepšuje soustředění a podporuje duševní zdraví. Kajakování rovněž poskytuje příležitost k sociální interakci, ať už v rámci rodinných výletů, organizovaných vodáckých akcí nebo výuky v rekreačních střediscích a klubech. Tyto aktivity umožňují vodákům propojit se

nejen s přírodou, ale i s komunitou podobně naladěných lidí. Kajakování na jezerech představuje ideální volbu pro rekreační vodáky, začátečníky a rodiny s dětmi, kteří hledají klidnější a bezpečnější alternativu oproti rychle tekoucím řekám či mořskému kajakářství. Jezera nabízejí stabilní vodní podmínky, vyšší bezpečnost a menší fyzickou náročnost, což umožňuje pohodlné pádlování a zároveň poskytuje prostor pro relaxaci, rybaření nebo pozorování přírody (Dillon & Oyen, 2009).

Kajakování je přínosné i pro osoby se specifickými potřebami, jelikož umožňuje zlepšení fyzické kondice, koordinace a svalové síly, což podporuje aktivní životní styl. Zároveň přináší psychologické benefity, jako je zvýšení sebedůvěry, posílení sociálních interakcí a pocitu nezávislosti. Účastníci s handicapem oceňují bezpečnost, možnost sdílení zážitků a přístup k dobrodružství v přírodě, což přispívá k jejich celkovému duševnímu i fyzickému zdraví (Eagan, 2004; Youngson, Foster & Lambert, 2023).

Aby bylo kajakování přístupné i osobám se specifickými potřebami, existuje široká škála sportovně kompenzačních pomůcek, které umožňují bezpečné a komfortní zapojení do této aktivity. Jak uvádí Kremláčková (2023) ve své diplomové práci, mezi nejčastěji používané pomůcky patří stabilizátory zajišťující rovnováhu v kajaku, speciální držáky na pádla umožňující lepší úchop a manipulaci, univerzální sedačky pro kajaky přizpůsobené individuálním potřebám a přenosné lavičky a vozíky, které usnadňují přesun do plavidel. Kremláčková dále upozorňuje, že většina těchto pomůcek pochází ze zahraničí, především z USA, což omezuje jejich dostupnost na českém trhu a zvyšuje jejich cenu.

Lezecké aktivity a další lanové aktivity

Lezecké aktivity nabízí příležitost k soustředění, řešení problémů, zvyšování sebe účinnosti, sebeúcty a dalších důležitých kompetencí (Sarrazin, Roberts, Cury, Biddle, & Famouse, 2002). Dále se prokázalo, že lezení na stěnách má vliv na zvýšení aerobní zdatnosti a posiluje svalstvo (Lirgg, Dibrezzo, Gray & Esslinger, 2011).

Dostupné výzkumy tohoto sportu naznačují, že lezení na umělé stěně představuje bezpečnou, motivující a flexibilně přizpůsobitelnou pohybovou aktivitu, která je vhodná zejména pro děti s motorickými poruchami, vývojovým opožděním, poruchami autistického spektra, smyslovým postižením nebo behaviorálními potížemi.

Pravidelné zapojení do lezeckého programu může vést ke zlepšení v oblasti sebeúčinnosti, tedy důvěry dětí ve vlastní schopnosti zvládnout konkrétní úkoly. Děti se učí základním technikám lezení, komunikaci s jištěním a samostatné přípravě, což posiluje jejich fyzické i sociální dovednosti v bezpečném a podporujícím prostředí. Individuální nastavení cílů a důraz

na úspěch bez srovnávání s vrstevníky bez postižení přispívají k vyšší vnitřní motivaci a pozitivnímu vztahu k pohybu.

Vedle psychologických přínosů byly zaznamenány také zlepšení fyzické kondice, síly a mobility. Lezení navíc podporuje rozvoj soustředění, schopnosti řešit problémy a překonávat strach. Tato forma pohybové aktivity je proto vhodná pro široké spektrum dětí se specifickými potřebami a představuje efektivní nástroj v rámci rehabilitačních i vzdělávacích programů. Mazzoni, Purves, Southward, Rhodes, & Temple, 2009).

Lanové aktivity poskytují širokou škálu soutěživých i nesoutěživých aktivit s důrazem na pohybové prvky. Jsou výborným nástrojem pro práci s různými skupinami, bez ohledu na věk a fyzický stav, a lze je využít k rozvoji fyzických, psychických i sociálních dovedností. Tím představují flexibilní prostředek k individuálnímu přístupu s ohledem na potřeby každého účastníka. Jsou vhodné pro využití ve školním prostředí, při volnočasových aktivitách a v rehabilitačních zařízeních jako doplněk k tradičním fyzioterapeutickým přístupům (Ješina & Wilder, 2012).

Turistika

Turistika se skládá z několika aspektů, přičemž převládajícím motivem pro turisty je touha poznávat a objevovat různé aspekty přírody, lidských výtvorů a životního stylu lidí. Tato složka turistiky je nazývána kulturně poznávací a klade důraz na pochopení a objevování různých kultur a prostředí. Turistika dále zahrnuje pohyb. Celkově je turistika komplexem aktivit spojených s aktivním pohybem a pobytem v přírodě. Rekreační programy v přírodě vytvářejí pozitivní zážitky a jedinečné společenské příležitosti (Neuman et al., 2000). Studie jednomyslně potvrzují, že přírodní prostředí má řadu pozitivních dopadů na lidské zdraví včetně osob se specifickými potřebami. Konkrétní pozitivní dopady zahrnují zkrácení doby zotavování ze stresu, snížení psychické únavy, posílení sociálních vazeb a podporu fyzické aktivity. Výzkum zdůrazňuje i synergii mezi lidským zdravím a přírodou (Zhang et al., 2017).

Aby osoby se specifickými potřebami mohly aktivně účastnit turistických aktivit, potřebují asistenci a speciální pomůcky. Průvodci jsou nezbytní pro ty, kteří se potýkají se zrakovými nebo kognitivními obtížemi. Pro osoby s tělesným handicapem je potřeba sportovně kompenzačních pomůcek, jako je například TrailRider, který umožňuje překonávat náročný terén s pomocí asistentů ovládajících pomůcku. TrailRider je speciální mobilní pomůcka s jedním kolem, kterou asistenti, často nazývaní „šerpové“, tlačí, táhnou a zvedají přes obtížný terén, čímž umožňují účastníkům, kteří by jinak nebyli schopni se samostatně pohybovat, prožívat venkovní dobrodružství. Tato pomůcka umožňuje lidem s tělesným handicapem přístup k přírodě a rekreačním aktivitám, které by jim byly jinak nedostupné. Přestože je tato zkušenost většinou

velmi pozitivní, někteří uživatelé uvádějí, že mohou pociťovat určitou pasivitu, jelikož jsou při používání TrailRideru závislí na asistentech (James, Shing, Mortenson, Mattie & Borisoff, 2018). Nicméně výhody spojené s pobytem v přírodě a společenskou interakcí převládají nad tímto pocitem a pro mnoho účastníků je tato možnost naprosto zásadní pro jejich fyzickou a psychickou pohodu (Thicke, 2009). Joëlette je dalším inovativním terénním invalidním vozíkem, který díky svému jedinečnému designu s jedním kolem umožňuje osobám s tělesným postižením účastnit se túr a outdoorových aktivit. Tento vozík vyžaduje asistenci minimálně dvou průvodců, což zajišťuje bezpečnost a stabilitu i v náročném terénu. K dispozici jsou i další modely, jako jsou Joëlette eMotion s elektrickou asistencí, Joëlette Finisher pro závody a maratony a Joëlette Kid pro děti (Joelette and Co., n.d.).

V České republice je k dispozici speciální kompenzační pomůcka Křižník, která byla vyvinuta ve spolupráci Centra APA a firmy Štercl. Toto tříkolové vozidlo představuje inovativní řešení pro pohyb v náročném terénu a poskytuje uživatelům maximální komfort a stabilitu. Je vybaveno závodní sedačkou a elektropohonem na předním kole, což usnadňuje ovladatelnost a umožňuje plynulý pohyb i v horských a outdoorových podmínkách. Řídítka a robustní konstrukce zajišťují bezpečnost a snadnou manévrovatelnost, díky čemuž je Křižník ideální pomůckou pro terény, kde běžné vozíky narážejí na své limity. V minulosti již byla několikrát využita pro studijní projekt – Expedice pře Bariéry (D. Mikeška, osobní komunikace, 11. března 2024).

Letní běžecké lyžování

Pro osoby se specifickými potřebami existuje inovativní adaptivní sportovní pomůcka – Spike, která umožňuje osobám s různými typy tělesného postižení užívat si i letního běžeckého lyžování na různých terénech. Uživatelé mohou plynule přecházet z městských silnic na lesní stezky. Spike nabízí dvě různé pozice – sedící, vhodnou pro osoby s vyšším stupněm postižení, a klečící pro nižší stupně postižení. Ovládání se provádí pomocí lyžařských holí a náklonem těla, což zlepšuje sílu horní části těla a koordinaci rovnováhy. Spike podporuje fyzickou aktivitu a umožňuje uživatelům užívat si přírodní prostředí, což přispívá k celkovému fyzickému a duševnímu zdraví (Exerotech, n.d.).

Rybaření

Rybaření představuje aktivitu, kterou mohou provozovat osoby s různými schopnostmi díky široké škále přizpůsobených pomůcek. Pro jedince s omezenou pohyblivostí existují například navijáky ovládané jednou rukou, elektrické navijáky nebo technologie "sip-and-puff", která umožňuje rybaření bez nutnosti použití rukou. Mezi další adaptivní zařízení patří například

speciální rukavice, které drží prut, nebo upínací systémy, které umožňují připevnění prutu k tělu nebo invalidnímu vozíku. Tyto pomůcky umožňují přizpůsobit rybářský zážitek schopnostem jednotlivce, přičemž mohou být využity i pokročilé rybářské techniky a vybavení.

Rybářské příležitosti jsou dostupné jak na souši, tak na moři. Například přístupy na mola bývají často uzpůsobeny pro vozíčkáře a mohou mít odstranitelné zábradlí, což usnadňuje rybaření pro osoby na invalidním vozíku. Bezbariérové lodě pak nabízejí přístup na všechny paluby, včetně dalších nezbytných zařízení, jako jsou toalety a stinné prostory, čímž je zajištěna maximální dostupnost a pohodlí pro všechny účastníky (Miller, Kaitz, Alexander & Matthews, 2015).

1.1.7 APA v zimním období

V této podkapitole uvedu několik pohybových aktivit pro zimní období, včetně těch, které jsou vhodné pro osoby se specifickými potřebami. Podobně jako v předešlé subkapitole jsem se zaměřila na ty, které budou potenciálně podporovány v plánovaném centrum KARA nebo jsou zastoupeny v jeho bezprostřední blízkosti.

Běžecké lyžování

Běžecké lyžování je sport, který přináší nejen radost z pohybu v zimní přírodě, ale také významné zdravotní přínosy. Pravidelná účast na této aktivitě vede ke zlepšení kardiorespirační kondice a snížení rizika vzniku různých onemocnění (Laukkanen et al., 2019). Tyto benefity se vztahují i na osoby se specifickými potřebami, například na jedince se zrakovým postižením. Pro nevidomé lyžaře však běžecké lyžování vyžaduje asistenci traséra, který jim pomáhá s orientací na trati a zajišťuje bezpečnost pohybu. Kromě fyzických přínosů sport poskytuje také významnou podporu v oblasti sociálního začlenění a pomáhá rozvíjet psychickou odolnost vůči stresu (May-West, Craig & Wilder, 2018).

Běžecké lyžování představuje významnou aktivitu i pro osoby s tělesným postižením, přičemž se využívá speciální vybavení nazývané sit-ski. Toto vybavení zahrnuje sedací skořepinu upevněnou na lyžích, přičemž lyžaři k pohybu a řízení využívají lyžařské hole. Pravidelné lyžování zlepšuje fyzickou kondici, posiluje svalovou sílu, zvyšuje vytrvalost a pomáhá předcházet zdravotním komplikacím spojeným se sedavým způsobem života. Kromě fyzických přínosů má běžecké lyžování významný vliv i na psychické zdraví – přispívá ke zvýšení sebevědomí, podporuje pocit nezávislosti a poskytuje prostor pro sociální interakce. Pohyb v přírodě navíc redukuje stres, zlepšuje náladu a pomáhá zmírnit projevy deprese (Eikevåg et al., 2022).

K zajištění optimálních podmínek pro běžecké lyžování je nezbytné dokonale upravené stopy a snadný přístup na tratě. V České republice je tato aktivita stále relativně málo rozšířená, což souvisí s vysokými fyzickými nároky, nedostatkem speciálního vybavení a složitostí terénu. Přestože se počet strojově upravených tras zvyšuje, kopcovitý charakter českých hor stále představuje významnou překážku pro běžecké lyžování osob s tělesným postižením (Doležalová & Krátký, 2013).

Sjezdové lyžování

Sjezdové lyžování patří mezi nejpopulárnější zimní sporty na světě a nabízí širokou škálu zdravotních, psychologických a sociálních přínosů. Pravidelná účast v tomto sportu přispívá ke zlepšení kardiovaskulární kondice, motorických schopností a svalové síly, což pomáhá snižovat riziko kardiovaskulárních onemocnění a podporuje aktivní životní styl. Sjezdové lyžování zahrnuje intenzivní intervalový trénink, který posiluje vytrvalost a sílu dolních končetin a má pozitivní vliv na rovnováhu a posturální kontrolu, což je důležité zejména pro prevenci pádů a udržení pohybové soběstačnosti. Kromě fyzických přínosů podporuje psychickou pohodu, jelikož propojuje pohybovou aktivitu s pobytem v přírodě, čímž snižuje stres a posiluje mentální zdraví (Burtscher, Federolf, Nachbauer & Kopp, 2019).

Stejně jako u běžné populace není tomu jinak ani u osob se specifickými potřebami, které mohou díky adaptovaným lyžařským technikám a pomůckám plnohodnotně využívat přínosů tohoto sportu. Lyžování pro osoby se specifickými potřebami přináší fyzické, psychologické a sociální benefity, jelikož podporuje zlepšení motoriky, rovnováhy, svalové síly a kardiovaskulární kondice, což vede k celkové pohybové soběstačnosti. Zároveň posiluje sebevědomí, motivaci a kognitivní schopnosti, neboť umožňuje překonávat výzvy v dynamickém prostředí. Sociálně přispívá k lepší integraci do komunity a budování mezilidských vztahů, což významně zvyšuje celkovou kvalitu života (Johnson, 2009).

Osoby s tělesným postižením mají k dispozici specifické lyžařské pomůcky, které jim umožňují bezpečně a efektivně se věnovat lyžování. Nejčastěji používanou pomůckou je mono-ski, což je pevná skořepinová sedačka upevněná na jedné lyži propojené s tlumičem, který umožňuje plynulé přizpůsobení se terénu. Další varianty jako bi-ski, dual-ski či kart-ski poskytují vyšší stabilitu a umožňují lyžování i osobám s omezenou funkcí trupu. Pro osoby s těžším postižením je jízda pasivní, kdy lyžař potřebuje asistenci doprovodné osoby, která pomáhá s ovládáním a stabilizací lyže.

Při jízdě se využívají stabilizátory, což jsou speciální pomůcky nahrazující lyžařské hole. Na konci mají malé lyžičky, které umožňují kontrolu směru, udržení rovnováhy a pomoc s brzděním. Díky těmto adaptacím je lyžování na mono-ski či bi-ski plně kompatibilní se všemi typy vleků a

lanovek. Lyžaři mohou využívat kotvové, talířové i sedačkové lanovky, aniž by bylo nutné složité úpravy vybavení. Přizpůsobení nástupu a výstupu na lanovce je možné pomocí stabilizátorů nebo asistence doprovodné osoby.

Výuka lyžování na mono-ski zahrnuje osvojení rovnováhy, správné postavení těla a techniku zatáčení. Klíčové je ovládání lyže náklonem trupu a využití stabilizátorů pro udržení stability a manévrování. Metodika výuky je individuálně přizpůsobena a zahrnuje postupný nácvik zatáčení na mírných svazích. Adaptivní lyžařské programy se zaměřují na individuální potřeby sportovců a umožňují osobám s handicapem zažít pohyb na horách s maximální bezpečností a efektivitou (Kvasnička, 2012).

Specifickou metodiku výuky potřebují i osoby se zrakovým postižením, a to především asistenci traséra. Proces výuky zpravidla začíná na běžeckých lyžích, kde si sportovci osvojí základní dovednosti pro stabilitu a pohyb na sněhu. Přechod na sjezdové lyže trvá přibližně jednu sezónu, přičemž intenzivní trénink umožňuje zvládnutí základních prvků sjezdového lyžování během několika dní.

Nezbytnou součástí výuky je trasér, který lyžaře vede pomocí akustických signálů a vizuálních podnětů. Samotný výcvik začíná chůzí bez lyží, následně přechází na chůzi na lyžích v doprovodu asistenta a postupně se lyžař učí samostatnému pohybu. Důležitou součástí tréninku je nácvik pádů a vstávání, sjíždění, brzdění a oblouků, přičemž asistenti využívají různé metody podpory, včetně držené tyče nebo lanových pomůcek.

Jízda na vleku a lanovce vyžaduje specifickou koordinaci mezi trasérem a lyžařem. Je nutné detailně popsat prostředí a dohodnout komunikační signály, aby byl nástup i výstup bezpečný a plynulý. V České republice je výuka lyžování pro osoby se zrakovým postižením organizována sportovními kluby a specializovanými organizacemi, které pořádají kurzy a tréninkové programy zaměřené na bezpečné a efektivní zvládnutí lyžování (Janečka, Ješina & Vyskočil, 2010).

Snowboarding

Snowboarding je populární zimní sport, který kombinuje fyzickou kondici, koordinaci a technické dovednosti. Existuje několik disciplín, včetně freestyle snowboardingu, snowboard-crossu a alpského snowboardingu, které vyžadují různé úrovně dovedností a fyzické připravenosti (Vernillo et al., 2018).

Snowboarding přináší mnoho zdravotních benefitů, jako je posílení svalstva dolních končetin, zlepšení rovnováhy, flexibility a kardiovaskulární kondice. Zároveň má pozitivní vliv na psychiku, snižuje stres, zvyšuje sebedůvěru a podporuje sociální interakci.

Pro osoby se zdravotním postižením existuje para snowboard, který zahrnuje přizpůsobené vybavení a speciální klasifikaci podle funkční schopnosti. Hlavní disciplíny zahrnují banked slalom, snowboard-cross a obří slalom, kde závodníci soutěží v individuálních či vyřazovacích jízdách (International Paralympic Committee, n.d.).

Navzdory oblíbenosti snowboardingu je výzkum jeho přínosů pro osoby s handicapem omezený. Dosavadní studie se zaměřují především na lyžování, které prokázalo pozitivní vliv na sebevědomí, fyzickou kondici a motorické dovednosti (Nasuti & Temple, 2010). Snowboarding by mohl nabízet podobné výhody, ale je potřeba další výzkum k potvrzení jeho rehabilitačního potenciálu.

Sněžnice

V poslední letech zaznamenaly výlety na sněžnicích rapidní vzestup popularity, což je zčásti přisuzováno inovacím v technologii. Současné sněžnice jsou menší, lehčí a pohodlnější, díky bezúdržbovým hliníkovým ráfkům a jednoduchým otočným systémům vázání. Ocelové mačky výrazně zvyšují stabilitu na různorodém terénu. Túry na sněžnicích pak nabízejí cvičení s mírnou až střední intenzitou, efektivní pro posílení kardiorespirační vytrvalosti a přeměnu tělesného složení (Schneider, Porcari, Erickson, Foster, Brice, & Freeman, 2001).

Výlety na sněžnicích přináší také významné fyzické, sociální a psychologické přínosy pro osoby se specifickými potřebami. Podporuje rozvoj motorických dovedností, zlepšuje koordinaci a posiluje fyzickou kondici. Zároveň umožňuje sociální interakci s vrstevníky bez handicapu, čímž zvyšuje akceptaci a začlenění do společnosti. Aktivita také posiluje sebedůvěru, nabízí příležitost zažít úspěch a radost z pobytu v přírodě a může vést k dlouhodobému zájmu o venkovní aktivity. Výlety na sněžnicích jsou tak ideální inkluzivní sport, který umožňuje rovné zapojení a podporuje celkovou kvalitu života (McAvoy & Schleien, 2001).

Bruslení/krasobruslení

Krasobruslení je náročný sport, který spojuje technickou přesnost s uměleckým vyjádřením. Jeho trénink rozvíjí nejen fyzickou kondici, ale i schopnosti centrálního nervového systému – zejména rovnováhu, motoriku a prostorovou orientaci. Zároveň přináší pozitivní dopady na psychické a sociální zdraví sportovců (Ji, 2024).

Zatímco krasobruslení zůstává doménou výkonnostního a vrcholového sportu, samotná jízda na bruslích nachází uplatnění také v inkluzivních programech pro osoby se specifickými potřebami. Bruslení jako pohybová aktivita může mít výrazné fyzické, psychologické i sociální přínosy. Výzkumy například potvrzují, že pravidelné bruslení zlepšuje psychickou pohodu,

sebevědomí a kvalitu spánku u dětí se sluchovým postižením. U dětí se zrakovým handicapem bylo zaznamenáno zlepšení spánkových návyků a emoční stability (Dursun et al., 2015).
Studie Walsh & Scharf (2014) se zaměřila na rekreační bruslení jako formu rehabilitace pro dítě s mozkovou obrnou a zjistila významné zlepšení rovnováhy, svalové síly a pohyblivosti. Dítě dosáhlo větší stability ve stoje, bylo schopno se samo postavit ze sedu a ujít krátkou vzdálenost bez opory. Tato zlepšení byla patrná i několik měsíců po ukončení programu, což naznačuje, že bruslení může být efektivní formou pohybové terapie.

Adaptované bruslení pro děti a mládež s postižením vyžaduje speciální pomůcky, které zajišťují bezpečnost a usnadňují pohyb na ledě. Mezi nejvhodnější patří postrojové systémy (harness system) připojené ke stropnímu vodicímu systému, které poskytují stabilitu a zabraňují pádům, a chodítka na led (walker), jež nabízejí dodatečnou oporu při pohybu. Brusle s ortézami pomáhají stabilizovat dolní končetiny, zatímco bedýnky a kužely slouží jako opěrné body při výuce rovnováhy a základních bruslařských dovedností. Pro lepší koordinaci a zapojení horní části těla lze využít také hokejky a puky, které umožňují propojit bruslení s hokejovými aktivitami (Thorslund & Rosberg, 2024).

Para hokej

Para hokej, dříve známý jako sledge hokej, je upravená verze ledního hokeje určená pro sportovce s tělesným postižením dolních končetin. Hráči se pohybují na speciálních sáních (sledge) a ke hře používají dvě hokejky, které slouží jak ke střelbě a přihrávkám, tak k odpichu a manévrování na ledě. Hra se řídí pravidly Mezinárodní hokejové federace (IIHF) s úpravami přizpůsobenými specifickým potřebám hráčů (Oh, Johnson, & Syrop, 2019).

Tento sport přináší významné fyzické, sociální a rehabilitační benefity. Posiluje svaly horních končetin, zlepšuje koordinaci a vytrvalost a přispívá k rozvoji motorických dovedností. Díky dynamickému charakteru hry se hráči učí efektivně využívat sílu paží a zad, což podporuje celkovou fyzickou kondici a zvyšuje aerobní i anaerobní kapacitu.

Para hokej má rovněž silné rehabilitační účinky a je často využíván jako součást terapie pro válečné veterány a osoby po úrazech. Pravidelná účast v trénincích pomáhá obnovit pohybové schopnosti, zvyšuje soběstačnost a celkovou kvalitu života.

Z psychologického hlediska přispívá tento sport k posílení sebedůvěry, motivace a psychické pohody. Hráči zažívají pocit sounáležitosti, identity a smysluplnosti, což podporuje jejich sociální integraci a mezilidské vztahy. Díky týmové spolupráci para hokej pomáhá vytvářet silná sociální pouta a poskytuje prostor pro aktivní zapojení do sportovní komunity (Kalina et al., 2024).

Skialpinismus

Skialpinismus má v posledních desetiletích stoupající popularitu (Ruedl, Pocecco, Kopp & Burtscher, 2015). Tento sport kombinuje prvky alpského lyžování a turistiky. Vyznačuje se volnou patou, což umožňuje traverzování a stoupání v různých typech terénu. Při stoupání se obvykle využívají stoupací pásy (Mueller et al., 2019). Existují různé formy skialpinismu, a základní rozlišení spočívá mezi backcountry skialpinismem, kde jedinci stoupají ve volném terénu a sjíždějí v odlehlejších oblastech, a sjezdovým skialpinismem, který zahrnuje výstup a sjezd na upravených sjezdovkách v lyžařských areálech (Pröbstl-Haider & Lampl, 2017).

Skialpinismus také nabízí komplexní zdravotní přínosy, posiluje svaly, zlepšuje kardiovaskulární kondici a podporuje flexibilitu. Tato aktivita poskytuje celotělový trénink a rozvíjí vytrvalostní výkon a technické dovednosti. Kromě toho přináší radost z pohybu ve volné přírodě, umožňuje překonávání výzev a poskytuje spojení s krásou horské krajiny. Zážitek ze skialpinismu tak zahrnuje fyzické, sportovní i psychické blaho (Schlemmer & Schnitzer, 2023).

Přestože jsou dobře zdokumentovány zdravotní a sportovní benefity skialpinismu pro širokou veřejnost, u osob se specifickými potřebami je potřeba další výzkum k potvrzení jeho rehabilitačního potenciálu.

Curling

Curling, tradiční zimní sport, zahrnuje dva týmy po čtyřech hráčích, kteří posílají kameny na ledovou plochu směrem k cíli. Hráči mohou ovlivňovat trajektorii kamenů zametáním ledu. Cílem je umístit kameny co nejblíže středu cílové oblasti, známé jako "dom". Sport kombinuje precizní dovednosti, taktiku a týmovou spolupráci, stává se olympijskou disciplínou a jeho popularita roste (Bradley, 2009).

Pro osoby s tělesný handicapem existuje jeho adaptovaná verze – Wheelchair Curling. Hráči používají speciální vozíky, které umožňují pohyb po ledové ploše a posílání kamenů směrem k cíli. Hra probíhá na standardní curlingové dráze, upravené pro pohyblivost hráčů na vozíku. Pravidla jsou modifikována, aby zohledňovala specifika hráčů na vozíku, včetně používání "pushers" pro ovlivnění dráhy kamenů. Wheelchair Curling se hraje ve formátu týmové soutěže a je zařazeno do programu paralympijských her, což poskytuje sportu mezinárodní popularitu. Curling představuje sport, který je dostupný pro širokou škálu účastníků a přispívá k rozvoji zdravého a inkluzivního sportovního prostředí (Herzog, Swanenburg, Hupp & Mittaz Hager, 2018).

1.2 PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE V ZAHRANIČÍ

V této podkapitole představím několik konkrétních zařízení pro rekreaci a rehabilitaci, která jsou rozprostřena po celém světě. Tyto centra se věnují programům založeným na aplikovaných pohybových aktivitách s cílem poskytnout podporu a zlepšit kvalitu života nejen osobám se specifickými potřebami, ale i jejich rodinám.

1.2.1 Adaptive sport center – USA

Počátky tohoto centra se uvádí kolem roku 1987. Jeho založení má na svědomí malá skupina zapálených lyžařů, která se věnovala lyžování osob s handicapem. Nejen že se zabývali výukou, ale půjčovali i potřebné vybavení a takto je to i do dnes. ASC nyní disponuje plnohodnotným terapeutickým rekreačním programem, který funguje po celý rok. V průběhu jednoho roku se v centru přibližně vystřídá 1 200 klientů. Věnují se aplikovaným pohybovým aktivitám. V letním období si zde klienti můžou vyzkoušet vodní turistiku, která zahrnuje (kánoe, kajak, raft, paddleboarding). Dále také nabízí cyklistiku, pěší turistiku, horolezectví. V zimním období nabízí aktivity jako je sjezdové lyžování, běžecké lyžování, snowboarding, chůze na sněžnicích a ledolezení. Tyto aktivity jsou uskutečňovány v rámci komunitních programů (Adaptive sports center, n.d.).

- **Komunitní program pro děti –** Tento program zapojuje děti z blízkého okolí se zdravotním postižením a představuje jim aplikované pohybové aktivity. Účastí na aktivitách se děti učí, jak začlenit fyzickou aktivitu do svého každodenního života, a zároveň je seznamují s novými sporty a aktivitami. Osvojují si komunikační dovednosti a sebevědomí
- **Program pro rodiny s dětmi a přátelé –** Tento program se snaží představit rodinám a jejich blízkým, že i outdoorové aktivity mohou prožívat společně i když mají někoho se zdravotním postižením. Poskytnutí takového zážitku pro lidi s postižením, stejně jako jejich rodinu a blízké přátele hraje neuvěřitelně důležitou roli při vzájemném propojení a sblížení.
- **Program pro veterány –** Prostřednictvím tohoto programu poskytuje centrum adrenalinové aktivity pro veterány s handicapem. Jde především o to, aby zranění vojáci/veteráni znovu získali sebedůvěru a důvěru.

- **Programy pro ženy –** Tento program je určený ženám s tělesným a zrakovým postižením. Setkání je omezeno na malou skupinu žen a vytváří tak intimní prostředí pro rozvoj přátelství a dovedností. Pobyt je dlouhý 3 dny. V letních měsících si klientky vyzkouší cykloturistiku a v zimním období lyžování.
- **Program pro osoby s popáleninami –** Dvakrát do roka pořádá ASC pobyty pro jedince, kteří utrpěli těžké popáleniny. Tyto pobyty jsou především pro dospívající. Je pro ně připraveno příjemné prostředí a možnost se seznámit s ostatními, kteří mají podobné zkušenosti s tímto zraněním a zažít s nimi nezapomenutelné dobrodružství (Adaptive sports center, n.d.).

1.2.2 Beitostølen Health Sports Center – Norsko

Beitostølen Health sports Center funguje od roku 1970. Jedná se o rehabilitační centrum, které poskytuje služby dětem, dospělým i osobám staršího věku s různým typem postižení. Pobyt v centru organizuje a realizuje mezioborový tým, který zahrnuje fyzioterapeuty, ergoterapeuty, sportovní pedagogy, lékaře, zdravotní sestry, sociálního pracovníky, speciální pedagogy, administrativní pracovníky a mnoho dalších. Ročně toto centrum navštíví přibližně 850 klientů. Služby centrum poskytuje pro klienty zdarma, vše je hrazeno ze zdravotních fondů (Beitostølen Healthsports Center, n.d.).

BHC nabízí širokou škálu zařízení jako například sportovní halu, plavecké a terapeutické bazény, ordinace fyzioterapie, posilovnu se speciálním vybavením, koňské stáje s krytou jízdárnou a místnostmi pro různé volnočasové aktivity. Nedaleko centra se také nachází sportovní stadion, jezero, zpevněné cesty, běžecké tratě a lyžařská sjezdovka. Centrum také disponuje velkým výběrem kompenzačních pomůcek (Røe et al., 2008).

Klíčovou součástí činnosti centra je předávat a rozvíjet zkušenosti a znalosti založené na výzkumu a vývoji pro účely výuky. Díky tomu zde mohou svou praxi každoročně absolvovat studenti vysokých i středních škol. Studenti jsou zapojeni do každodenního provozu centra a účastní se pohybových aktivit s klienty a dopomáhají jim s aktivitami. Centrum také pomáhá výrobcům a dodavatelům s vývojem a testováním sportovně kompenzačních pomůcek (Beitostølen Healthsports Center, n.d.)

Rehabilitační program na BHSC

Rehabilitační programy na BHSC jsou založeny na filozofii aplikovaných pohybových aktivit. Většina aktivit je uspořádána ve skupinách s podobným věkovým rozestupem klientů.

Skupinové nastavení je považováno za důležité, především z důvodu sociálního začlenění. Obvyklá délka pobytu pro dospělé je 28 dní. Při příjezdu do centra jsou klienti vyšetřeni lékařem a fyzioterapeutem. Na základě tohoto vyšetření vedoucí skupin přizpůsobují aktivity tak, aby odpovídali preferencím klientů. Rehabilitační program je intenzivní. Je to 4–5 hodin fyzické aktivity denně, 6 dní v týdnu. Je zdůrazněna variabilita činností nicméně je kladen velký důraz na outdoorové aktivity. Struktura programu během 4 týdnů je uvedena na obrázku č. 1

Obrázek 1

Týdenní program aktivit v Beitostølen Healthsports Centre

Table II. *The Beitostølen Healthsports Centre programme with examples of the activities*

Arrival week	Second week	Third week	Departure week
Interviews	Basic activities	Basic activities	Basic activities
Information	Goal-oriented activities	Goal-oriented activities	Goal-oriented activities
Testing			Individual activities
Goal-setting	Individual activities	Individual activities	Conversation group
Basic activities	Conversation group	Conversation group	Re-test
Introduction activities	Goal evaluation	Goal evaluation	Departure interview
Conversation group	Group education	Group education	Evaluation

Basic activities: group activities in pool and gymnastics.
Individual activities: horse-riding, canoeing, kayaking rowing, cross-country skiing, alpine skiing, cycling, walking, archery, wall-climbing, physiotherapy.

Poznámka. Převzato z Røe, C. et al. (2008). *Comprehensive rehabilitation at Beitostølen Healthsports Centre: Influence on mental and physical functioning*. *Journal of Rehabilitation Medicine, 40*(6), 410–417. https://doi.org/10.2340/16501977-0179

Individuální plány klientů během jejich pobytu jsou neustále kontrolovány a upravovány. Rehabilitační program BHSC má především zajistit dlouhodobý účinek a pokračování fyzické aktivity i po návratu klientů domů. Téma „pokračování v pohybové aktivitě“ je ve řešené při individuálních pohovorech během pobytu a následně i ve skupinách ke konci pobytu. Jsou uzavřeny konkrétní dohody a plány pro zvolené pokračování a klientům jsou doporučeny různé organizace sportovní kluby v blízkosti jejich bydliště (Røe et al., 2008)

1.2.3 Active Disability Ireland

je organizace zaměřená na zlepšení příležitostí k fyzické aktivitě pro osoby se specifickými potřebami v Irsku. Věří, že každý člověk by měl mít možnost být aktivní po celý život, bez ohledu na své fyzické schopnosti. Organizace se původně jmenovala Cara Sport Inclusion Ireland. Za posledních 15 let se Active Disability Ireland podílela na podpoře národní politiky a budování inkluzivní infrastruktury v oblasti sportu. Jejich cílem je vytvořit Irsko, kde mají lidé se specifickými potřebami stejné příležitosti být aktivní. Organizace se zavázala pracovat

s různými partnery, včetně Sport Ireland, místních sportovních partnerství a dalších národních orgánů, aby snížila překážky, kterým lidé se specifickými potřebami čelí při zapojení do fyzických aktivit (Active Disability Ireland, 2023).

Zde uvádím jejich hlavní aktivity:

Active Healthy Me: Tento program je zaměřený na zdraví a pohodu a je poskytován přímo osobám se specifickými potřebami v denních službách pro dospělé. Cílem je zvýšit povědomí o zdravotních přínosech fyzické aktivity a podpořit aktivní životní styl.

Xcessible Programme: Tento program poskytuje nástroje a podporu klubům a národním sportovním orgánům, aby mohly nabídnout více inkluzivních a přístupných příležitostí k fyzické aktivitě pro osoby se specifickými potřebami. Xcessible Club Toolkit je konkrétní zdroj, který pomáhá klubům poskytovat tyto příležitosti na místní úrovni.

Trénink a Vzdělávání: Active Disability Ireland organizuje a poskytuje různé workshopy a školení, které jsou navrženy tak, aby účastníkům poskytly znalosti, dovednosti a nápady, jak adaptovat a upravit sportovní a fyzické aktivity tak, aby byly přístupné a inkluzivní pro všechny schopnostní úrovně.

Mezi tyto workshopy patří:

Sport Inclusion & Disability Awareness Workshop: Zvyšuje povědomí o účásti osob se specifickými potřebami na komunitních sportovních aktivitách.

Autism in Sport Workshop: Poskytuje účastníkům porozumění autismu a jak přizpůsobit sportovní aktivity.

Inclusive Fitness Training Workshop: Zaměřuje se na zvýšení povědomí a sebevědomí fitness profesionálů při práci osob se specifickými potřebami.

Disability Inclusion Training Workshop: Poskytuje znalosti a nástroje, jak adaptovat a upravit sportovní a fyzické aktivity pro inkluzi (Active Disability Ireland, n.d.).

1.2.4 Gold Coast Recreation & Sport Inc. – Austrálie

Gold Coast Recreation & Sport Inc. (GCRS), založené v roce 1979, představuje významné centrum, které se specializuje na poskytování sportovních a rekreačních aktivit pro osoby se specifickými potřebami. Jejím hlavním posláním je podporovat tuto skupinu osob v aktivní

účasti na komunitních programech, zdůrazňovat význam sportu a přispívat ke zlepšení celkové kvality jejich života.

Srdcem GCRS jsou různorodé programy, pečlivě koncipované s ohledem na věk a schopnosti účastníků. Aktivity jsou kategorizovány do několika oblastí:

- **Zooterapie:** Návštěvy na farmách, jako je Alpaca Farm, Harmony Hooves, Healing Hooves a Little Beautifuls Farm.
- **Fitness a posilování:** Spolupráce s místními fitness centry, jako jsou ARC Gym, Atkins Health, Boxfit, Fitness First, MMA, Movement Innovations, World Gym a venkovní fitness aktivity.
- **Sporty:** Atletika, lukostřelba, basketbal, kroket, futsal, golf, halové sporty, netball, skateboarding, fotbal, stolní tenis a touch football.
- **Hudební aktivity:** Diskotéky, bubnování, hudební lekce a zpěv.
- **Vodní aktivity:** Kajakování, plachtění, surfování, plavecké tréninky, plavání a paddleboarding.
- **Drama a umění:** Kreativní umění, tanec, drama, film a televize, muzikálové divadlo a mediální tvorba.
- **Životní dovednosti:** Kurzy baristy, komunitní zahradničení, vaření a kreativní podnikání
- **Rekreační aktivity:** Turistika, rybaření, fotografování, minigolf, bowling, jóga a zumba.

Tato škála programů umožňuje každému klientovi rozvíjet své dovednosti a dosahovat individuálních cílů. Klienti ve spolupráci s rodinou a personálem si stanovují individuální cíle, které směřují k dosažení maximálního potenciálu a zdokonalení sociálních a fyzických dovedností.

GCRS není pouze poskytovatelem již zmíněných aktivit, také spolupracuje s komunitními partnery a organizacemi na Gold Coast. S více než 120 odborníky a dobrovolníky v týmu. Má kapacitu nabízet rozmanité služby, které podporují celkovou dobrovolnou integraci v komunitě. K pracovnímu plánu patří odlehčovací služba, aktivity pro jednotlivce a skupiny, které jsou organizovány dobrovolníky, propojení se sportovními kluby nebo jinými organizacemi. GCRS se též věnuje osvětovým programům pro širokou veřejnost, poskytuje informace

o možnostech pohybových aktivit pro osoby s postižením a poskytuje poradenství v oblasti pohybových aktivit. Kromě toho zapůjčuje speciální vozíky, které usnadňují pohyb na pláži.

Celkově řečeno, GCRS svými aktivitami nejen zvyšuje kvalitu života osob s postižením, ale aktivně podporuje jejich plnou integraci do komunity a umožňuje jim plně využít možnosti sportu a rekreace (Gold Coast Recreation & Sport Inc, n.d.).

1.2.5 Whistler Adaptive Sports Program – Kanada

Whistler Adaptive Sports Program, založený v roce 1999, poskytuje sportovní, rekreační a terapeutické aktivity pro osoby se specifickými potřebami. Program usiluje o vytvoření prostředí, v němž jednotlivci s handicapem mohou objevit svou vášeň pro sport a díky tomu zlepšit svou kvalitu života. Program nabízí přístup k jednomu z nejlepších horských středisek. Whistler Adaptive Sports Program poskytuje různorodé programy pro osoby s fyzickým i mentálním postižením, a to včetně dětí i dospělých.

Klienti tohoto programu mají možnost vyzkoušet si širokou škálu sportů. Jako je alpské lyžování, snowboarding, běžecké lyžování, turistika, jízda na handbiku, cykloturistika, kanoistika, jízda na kajaku, veslování, plavání, triatlon, běh, jógu a gymnastiku.

Tato rozmanitá nabídka letních i zimních aktivit přináší lidem s postižením mnoho příležitostí a novou úroveň samostatnosti v pohybu. Všechny programy jsou řízeny zkušenými trenéry a dobrovolníky a mohou sloužit jak pro rekreační sportovce, kteří si sport užívají jako volnočasovou aktivitu, tak pro ty vrcholové.

Whistler Adaptive Sports Program také klade důraz na vzdělávání svých instruktorů a dobrovolníků prostřednictvím různých výcvikových kurzů. Program neustále rozšiřuje svou nabídku o nové aktivity a poskytuje praxi a stáže pro studenty. Spolupracuje s jinými organizacemi a buduje partnerství s místními firmami a organizacemi.

Ráda bych vyzdvihla jeden z jejich programů, a to konkrétně – Sport Buddy program. Tento inovativní projekt navazuje spolupráci s různými sportovními organizacemi ve městech a propojuje jednotlivce se specifickými potřebami s dobrovolníky, nazývanými "buddys" neboli kamarádi. Tito kamarádi jsou k dispozici pro různé aktivity, jako je skateboarding, lyžování, gymnastika, plachtění, plavání, volejbal a mnoho dalších.

Celkově lze konstatovat, že Sport Buddy program a podobné iniciativy hrají klíčovou roli v podpoře jednotlivců se specifickými potřebami, a tím přispívají k celkovému úspěchu v procesu rehabilitace a k budování inkluzivní společnosti (Whistler adaptive sports program, n.d.).

1.2.6 AdaptABLE Outdoors – Kanada

Charitativní organizace AdaptABLE Outdoors sídlící v Pincher Creek, Alberta, vzešla z iniciativy manželů Steve a Sara Holly v roce 2019. Jejich přesvědčení spočívá v tom, že dobrodružství, které můžeme zažívat venku by mělo být přístupné pro všechny, vzhledem k pozitivnímu vlivu venkovní rekreace na fyzické a duševní zdraví. Hlavním cílem organizace je zpřístupnit venkovní rekreaci pro všechny a vytvořit inkluzivní prostředí. Pro dosažení tohoto cíle se AdaptABLE Outdoors opírá o dobrovolnickou práci, granty a soukromé dary. Organizace využívá adaptivní vybavení, týmovou práci a kreativitu k poskytování příležitostí k venkovní rekreaci pro osoby se specifickými potřebami. Nabízí rozmanité adaptivní programy, které zahrnují:

- **Adaptivní Turistika:** Využívání terénních invalidních vozíků a TrailRiderů umožňuje pěší turistiku i v nejnáročnějších horských terénech.
- **Adaptivní Pádlování:** S plně přizpůsobenými kajaky a kánoemi poskytuje organizace bezpečné a stabilní prostředí pro milovníky vodních sportů.
- **Adaptivní Rybaření:** S uchopovacími pomůckami a elektrickým prutem/navijákem vytváří AdaptABLE Outdoors prostor pro rybaření pro všechny.

Tímto způsobem se organizace snaží nejen odstranit bariéry v přístupu k venkovní rekreaci, ale také vytvářet příležitosti pro obohacení života jednotlivců se specifickými potřebami (Adaptable Outdoors, n.d.).

1.2.7 Community Recreational Initiatives Society (CRIS) – Kanada

Community Recreational Initiatives Society (CRIS) je nezisková organizace se sídlem v Kelowně, Britská Kolumbie, která se zaměřuje na poskytování adaptivních, přístupných a inkluzivních outdoorových programů pro osoby s postižením všech věkových kategorií.

Organizace byla založena v roce 2001 Troyem Beckerem a Lynnette Legrandeur, kteří byli inspirováni blízkým příbuzným s Downovým syndromem a jejich vášní pro outdoorové aktivity. Hlavním cílem CRIS je podporovat osoby s fyzickými, kognitivními, intelektuálními nebo senzorickými omezeními, ať už trvalými nebo dočasnými, v přístupu k venkovním rekreačním aktivitám. CRIS se od svého vzniku zaměřuje na odstraňování bariér a propagaci inkluze, čímž zlepšuje kvalitu života osob se specifickými potřebami.

CRIS nabízí širokou škálu programů, které odpovídají potřebám a preferencím jejich účastníků:

- **Adaptive Adventures** – vedené a podporované programy zaměřené na turistiku, cyklistiku, kajak, paddleboarding, sněžnice a běžecké lyžování v oblasti Okanaganu.
- **Accessible Wilderness Expeditions** – organizace expedičních výprav do divočiny, které umožňují účastníkům zažít intenzivnější propojení s přírodou.
- **Adaptive Rentals** – CRIS nabízí širokou škálu adaptivního vybavení k zapůjčení pro nezávislé použití. Součástí jejich činnosti je také sociální podnik Kelowna Bike Rentals, kde si lze během jara a léta půjčit jak adaptivní, tak standardní kola.

Jedním ze základních pilířů fungování CRIS je aktivní zapojení dobrovolníků, kteří pomáhají s realizací programů a zajišťují, aby účastníci mohli bezpečně a sebevědomě prožívat outdoorové aktivity. Kromě poskytování rekreačních příležitostí se CRIS věnuje také osvětové činnosti v oblasti inkluze a adaptivního sportu. Organizace spolupracuje s komunitami, pořádá veřejné akce a zapojuje se do programů na zvyšování povědomí o přístupnosti ve venkovních aktivitách a přínosech adaptivního sportu pro osoby se specifickými potřebami (Community Recreational Initiatives Society, n.d.).

1.3 PŘÍKLADY DOBRÉ PRAXE V ČR

V této podkapitole nejprve představím rehabilitační ústavy a lázně, která se nachází na území České republiky. Dále se zaměřím na konkrétní centra či zařízení, která se věnují programům založených na filozofii aplikovaných pohybových aktivit s cílem poskytnout podporu a zlepšit kvalitu života nejen osobám se specifickými potřebami, ale i jejich rodinám.

1.3.1 Rehabilitační ústavy a lázně

Rehabilitační ústavy a lázně hrají klíčovou roli v poskytování kvalitní péče a podpory pro jedince s různými zdravotními potřebami v České republice. Tyto zařízení nejenže slouží k obnově a posílení fyzického zdraví, ale také k podpoře psychické pohody a sociální integraci pacientů.

Rehabilitační ústav Kladruby

Rehabilitační ústav Kladruby je přední české zařízení specializující se na komplexní rehabilitaci pacientů s těžkým pohybovým postižením, zejména po úrazech a onemocněních pohybového a nervového systému. Jeho historie sahá až do roku 1952, kdy byl založen s cílem poskytovat specializovanou péči a podporu pacientům při návratu do aktivního života.

Motto ústavu - "Naším cílem je pomáhat, vaším bojovat" odráží jeho poslání poskytovat vysoce kvalitní rehabilitační péči zaměřenou na individuální potřeby pacientů. Vize ústavu směřuje k neustálému zlepšování kvality služeb, inovacím v rehabilitačních postupech a integraci moderních technologií do léčebného procesu. Hodnoty, jako jsou empatie, profesionalita a týmová spolupráce, tvoří základ přístupu ke každému pacientovi.

Ústav poskytuje širokou škálu služeb, včetně fyzioterapie, ergoterapie, protetiky, logopedie a psychologické podpory. Specializovaná oddělení se zaměřují na léčbu pacientů po poranění míchy, mozkových příhodách a amputacích. Cílem je obnovit maximální možnou úroveň funkčních schopností a usnadnit návrat pacientů do běžného života. K tomu využívají špičkové vybavení. Mezi klíčové technologie patří robotické systémy pro trénink horních končetin, rehabilitační chodníky pro nácvik chůze, robotická motodlaha pro ramenní kloub a speciální trenažéry pro pacienty na vozíku. Dále využívá ergometry a rotopedy pro zlepšení kondice a bradlové chodníky. Toto moderní vybavení umožňuje efektivní terapii a podporuje návrat pacientů k samostatnému pohybu.

V oblasti sportu a aplikovaných pohybových aktivit ústav pravidelně pořádá různé akce a soutěže, které motivují pacienty k aktivnímu zapojení do rehabilitace. Mezi tradiční akce patří Kladrubské hry, které se konají každoročně a zahrnují různé sportovní disciplíny přizpůsobené možnostem pacientů. Další významnou událostí je Kladrubský La Manche, plavecká soutěž, která podporuje vytrvalost a týmového ducha. Tyto aktivity nejen zlepšují fyzickou kondici pacientů, ale také posilují jejich psychickou odolnost a sociální integraci.

Rehabilitační ústav Kladruby se také aktivně podílí na výzkumných projektech a vzdělávacích aktivitách, čímž přispívá k rozvoji oboru rehabilitace a zvyšování kvality péče o pacienty s pohybovým postižením (Rehabilitace.cz, n.d.).

Rehabilitační ústav Hrabyně a Chuchelná

Rehabilitační ústav Hrabyně, spolu s detašovaným pracovištěm v Chuchelné, představuje významné centrum specializované rehabilitační péče v České republice. S více než 70letou tradicí. Byl založen v roce 1973 a zaměřuje na navracení pohybových schopností a energie pacientům s postižením pohybového aparátu, po úrazech, amputacích či cévních mozkových příhodách.

Součástí péče je široké spektrum služeb pokrývajících všechny klíčové aspekty rehabilitace. Fyzioterapie využívá moderní techniky, jako je Vojtova metoda, Bobath koncept, mobilizační a měkké techniky, které jsou přizpůsobeny individuálním potřebám pacientů. Ergoterapie pomáhá pacientům zvládnout běžné denní aktivity a podporuje jejich soběstačnost

s pomocí kompenzačních pomůcek. Psychologická péče nabízí podporu při zvládání psychických obtíží spojených s nemocí nebo úrazem, včetně poradenství, psychoterapie a relaxačních technik. Logopedická péče je zaměřena na poruchy řeči a komunikace, zatímco sociální péče poskytuje pomoc při řešení sociálních a právních otázek a zajišťuje návaznost služeb po propuštění. Nepostradatelnou součástí je také ošetřovatelská péče, zajištěná kvalifikovaným personálem.

Rehabilitační ústav Hrabyně provozuje i specializované programy, které cílí na specifické skupiny pacientů. Spinální program poskytuje komplexní péči pacientům s čerstvým poraněním míchy na spinální rehabilitační jednotce s kapacitou 30 lůžek. Kranio-iktový program je pak určen pacientům se získaným poškozením mozku, například po úrazech hlavy nebo cévních mozkových příhodách. Využívají také moderní rehabilitační technologie, které významně přispívají k efektivitě terapie a usnadňují pacientům návrat k samostatnému životu. Mezi používané speciální pomůcky patří systémy RehaCom, Myro a Tymo, určené pro počítačově asistovanou kognitivní a motorickou terapii, které podporují zlepšení mozkových funkcí a motorických dovedností. Pro terapii horních končetin slouží zařízení Armeo Spring, Armeo Power a Gloreha Sinfonia, jež napomáhají obnově pohyblivosti a svalové síly. K tréninku rovnováhy a stability je využíván Thera Trainer Balo, specializovaná pomůcka pro vertikalizaci a nácvik balančních strategií (Ruhrabyně.cz, n.d.).

Termální lázně Velké Losiny

Termální lázně Velké Losiny se nacházejí v malebném prostředí Jeseníků a patří mezi nejstarší a nejznámější moravské lázně. Jejich historie sahá až do 16. století, kdy byly objeveny léčivé sirné prameny, které jsou základem pro širokou škálu léčebných a relaxačních procedur. Lázně se zaměřují na široké spektrum klientů, včetně dospělých, dětí a seniorů.

Pro dospělé pacienty nabízejí léčbu pohybového aparátu, neurologických onemocnění, kožních nemocí, onkologických onemocnění a nemocí oběhového ústrojí. Každý pacient má individuální léčebný plán, který zahrnuje fyzioterapii, vodoléčbu, reflexní terapii a další procedury využívající léčivé termální prameny. Tato péče může být hrazena zdravotními pojišťovnami nebo je dostupná pro samoplátce.

Pro děti od jednoho roku věku je zajištěna specializovaná léčba neurologických onemocnění, kožních problémů a pohybového aparátu. Léčba probíhá za doprovodu rodičů, což umožňuje komplexní a citlivý přístup k malým pacientům. Senioři mohou využít lázeňské pobyty zaměřené na regeneraci a posílení zdraví, které jsou přizpůsobeny jejich specifickým potřebám a zahrnují konzultace s lékaři, fyzioterapii a další léčebné a relaxační procedury.

Lázně Velké Losiny nabízejí širokou škálu léčebných a wellness služeb. Léčebné pobyty zahrnují individuální léčebné plány vytvořené na základě konzultací s lékaři a zahrnují různé fyzioterapeutické a vodoléčebné procedury. Wellness a relaxační pobyty zahrnují řadu balíčků zaměřených na relaxaci a regeneraci, které zahrnují masáže, koupele, zábaly, vstupy do termálních bazénů a saunového světa. Speciální programy pro detoxikaci a posílení imunity jsou také k dispozici.

Unikátní součástí lázeňského areálu je termální park, který zahrnuje devět vnitřních a venkovních bazénů, vodní atrakce, tobogány, sauny a restaurace. Park je otevřen celoročně a je ideálním místem pro rodiny s dětmi, které si mohou užít nejen léčivé účinky termální vody, ale i zábavné aktivity.

Lázně nabízejí různé možnosti ubytování ve čtyřech lázeňských domech a jednom wellness hotelu. Lázeňský hotel Eliška, hlavní hotel, nabízí pokoje kategorie superior, dvě restaurace, lázeňskou kavárnu, vnitřní termální bazén a tělocvičnu. Dalšími možnostmi ubytování jsou sanatorium Šárka, vila Gazárka a Chaloupka, které poskytují klidné a komfortní ubytování s kompletními lázeňskými službami. Wellness hotel Diana nabízí wellness pobyty s výhledem na Jeseníky (Lázně Velké Losiny, n.d.).

Státní léčebné lázně Janské Lázně

Státní léčebné lázně Janské Lázně jsou významným českým lázeňským a rehabilitačním zařízením, které se specializuje na komplexní léčbu pacientů s onemocněním pohybového a nervového systému, dále pak s respiračními potížemi a dalšími chronickými obtížemi. Nacházejí se v srdci Krkonošského národního parku, což jim poskytuje výjimečné přírodní podmínky pro léčbu, regeneraci i aktivní odpočinek.

Hlavním přírodním léčivým zdrojem je termální minerální voda o teplotě 27 °C, která je využívána především při vodoléčebných procedurách. Lázně nabízejí široké spektrum léčebných metod a terapií – od individuální fyzioterapie přes ergoterapii, vodoléčbu, elektroléčbu, magnetoterapii až po moderní robotickou rehabilitaci. Mezi používané technologie patří například AlterG, zařízení pro nácvik chůze s odlehčením, a LiteGait, které podporuje vertikalizaci a chůzi u pacientů s výrazným pohybovým omezením.

Fyzioterapie v Janských Lázních využívá moderní přístupy jako je Vojtova metoda, Bobath koncept nebo SM-systém. Nedílnou součástí rehabilitační péče je také logopedie, psychologická podpora a sociální poradenství. Velký důraz je kladen na propojení odborné léčby s aktivním přístupem pacienta k vlastnímu zotavení.

Lázně tvoří dvě hlavní části – Odborný léčebný ústav pro dospělé (OLÚ) a Dětská léčebna Vesna, která se zaměřuje především na léčbu neurologických a nervosvalových onemocnění u dětí, včetně dětské mozkové obrny.

Moderně vybavená rehabilitační centra a procedury jsou doplněny o volnočasové aktivity – pacienti mohou využít fitness centrum, aquacentrum, saunový svět nebo krásné okolí pro turistiku a relaxaci. Přírodní prostředí Krkonoš spolu s odbornou lékařskou a terapeutickou péčí vytváří optimální podmínky pro zotavení a návrat k aktivnímu životu.

Státní léčebné lázně Janské Lázně tak spojují tradiční lázeňskou péči s nejmodernějšími prvky rehabilitační medicíny a nabízejí pacientům komplexní přístup, který zohledňuje jak fyzické, tak psychické aspekty léčby (Janské Lázně, n.d.).

1.3.2 Centrum PARAPLE

Centrum Paraple, založené v roce 1994, je významnou neziskovou organizací s primárním zájmem poskytovat podporu lidem, kteří čelí nové životní situaci po utrpění poškození míchy. Programy centra se zaměřují na zlepšení fyzického i psychického stavu těchto jednotlivců a na podporu jejich soběstačnosti, nezávislosti a reintegraci do běžného prostředí. (Centrum Paraple, n.d.). Kromě toho centrum také pořádá různé akce, které slouží nejen k osvětě veřejnosti o tématu osob s handicapem, ale také k finanční podpoře centra samotného. Dále centrum poskytuje půjčovnu kompenzačních a sportovních pomůcek, provádí prodej zdravotnického materiálu a pomůcek a také se specializuje na servis a údržbu ortopedických vozíků (Jarošová, Vařeková, Pokuta & Panáčková, 2016).

Centrum Paraple vyniká díky svému mezioborovému týmu, složenému z různých specialistů, jako jsou ergoterapeuti, fyzioterapeuti, sportovní terapeuti, sociální pracovníci, psychologové a další kvalifikovaní odborníci. Tento tým, s více než 90 interními pracovníky a 50 externisty, má za cíl poskytovat klientům komplexní sociální a zdravotní služby v reakci na jejich specifické potřeby. Centrum klade důraz na odborné vzdělávání svých zaměstnanců a také jim zajišťuje odborné supervize. Jeho firemní kultura je založena na vzájemné komunikaci a důvěře, což vytváří silnou komunitu zaměstnanců s profesionálním a lidským přístupem ke klientům i k sobě navzájem. Toto celkové uspořádání a filozofie Centra Paraple jsou klíčovými prvky, které stojí za jeho úspěchem a významem v oblasti péče o jednotlivce s poškozením míchy (Centrum Paraple, 2024).

Program sociální pobytová rehabilitace

Služba sociální rehabilitace v Centru Paraple je určena jednotlivcům od 15 let a má za cíl zlepšit fyzický i psychický stav klientů, podpořit jejich soběstačnost a nezávislost. Tato služba je navržena tak, aby pomohla klientům návratem do běžného života a rozvojem jejich osobnosti. Poskytuje se formou třítýdenních pobytů v bezbariérovém areálu Centra Paraple. Na začátku pobytu klienta vyšetří rehabilitační lékař a uzavře s ním smlouvu o poskytování služby. Pracovníci společně s klientem nastavují cíle a aktivitní plány, přičemž multidisciplinární tým, včetně psychologů, ergoterapeutů a fyzioterapeutů, pracuje s klienty na dosažení těchto cílů. Po skončení pobytu se provádí hodnocení průběhu a dosažených výsledků. Klienti mohou na službu sociální rehabilitace navázat účastí na týdenních tematických programech zaměřených na různé pohybové aktivity, což dále podporuje jejich rozvoj (Centrum Paraple, 2024).

Kromě toho je v Centru Paraple poskytována důležitá nutriční a pohybová edukace, která je klíčovým prvkem rehabilitačního procesu pro jedince s poškozením míchy. Tato edukace zahrnuje teoretické informace, praktické dovednosti a motivaci ke dodržování režimových opatření týkajících se výživy a pohybu (Jarošová et al., 2016).

Ergoterapeutická poradna

Ergoterapeutická poradna je specializovanou službou zaměřenou na řešení náročných úkolů, zejména v oblasti výběru vhodných kompenzačních pomůcek, jako jsou elektrické a mechanické invalidní vozíky, nebo na úpravy postury klientů. Tato služba rovněž zahrnuje terapeutické intervence soustředěné na zlepšení funkčnosti ruky. Ergoterapeutická poradna se stala cenným doplňkem nabídky služeb Centra Paraple a je často využívána klienty, kteří nepotřebují nebo nemohou využít komplexní pobytovou službu sociální rehabilitace (Centrum Paraple, 2024).

Tematické programy

Tematické programy mají za cíl poskytnout klientům pozitivní zkušenosti, podpořit jejich soběstačnost mimo domácí prostředí a nabídnout jim možnosti seberealizace. Tyto programy jsou navrženy tak, aby klienti mohli aktivně trávit svůj volný čas a rozvíjet své dovednosti v oblasti pohybových aktivit. Programy jsou určeny pro jednotlivce od 15 let. Konají se buď přímo v Centru Paraple nebo v jiných zařízeních, a to obvykle na období šesti dnů. V rámci těchto programů klienti spolupracují s multidisciplinárním týmem centra. Společně s klientem jsou stanoveny konkrétní cíle, kterých chce dosáhnout, a v případě potřeby jsou klienti podporováni výběrem a nastavením vhodných kompenzačních pomůcek.

Tematické programy nabízejí širokou škálu sportovních aktivit, jako je plavání, lukostřelba, střelba ze zbraně, potápění, tenis, stolní tenis, orientační běh, jízda na handbiku, vyhlídkové lety, golf, florbal, rugby, jízda na čtyřkolkách, boccia a další (Centrum Paraple, 2024).

Program výlety

Cílem tohoto programu je podpořit klienty s poškozením míchy při zvyšování jejich soběstačnosti v prostředí mimo domov, umožnit jim prozkoumat terén a inspiraci pro aktivní trávení volného času. Program je zejména zaměřen na klienty s vyšší mírou postižení, kteří mohou být ohroženi sociální izolací a kteří buď nemohou, nebo si nepřejí využít tematické programy se sportovním zaměřením.

Tento program je strukturován jako série jednotlivých výletů, během kterých se klienti vydávají na exkurze za kulturními, architektonickými a přírodními zajímavostmi v Praze a jejím blízkém okolí. Tato forma umožňuje klientům prozkoumat a obohatit své povědomí o svém okolí (Centrum Paraple, 2024).

Ambulantní Fyzioterapie

Služba ambulantní fyzioterapie je poskytována klientům na základě lékařské indikace a zahrnuje několik forem rehabilitace. Patří sem rehabilitace s fyzioterapeutem, mechanoterapie, elektroléčba, magnetoterapie, laserová terapie a terapie ve vířivce. Klientům je obvykle nabízeno 10 návštěv, které mohou být využity opakovaně (Centrum Paraple, 2024).

1.3.3 Centrum Kociánka pracoviště Březejc

Centrum Kociánka je státní příspěvková organizace zřízená Ministerstvem práce a sociálních věcí České republiky, která se specializuje na poskytování komplexních sociálních a zdravotních služeb pro děti i dospělé se zdravotním postižením. Jejím hlavním posláním je podpora uživatelů ve vzdělávání a jejich integrace do společnosti prostřednictvím moderních rehabilitačních metod a individuálního přístupu. V rámci svých aktivit Centrum Kociánka úzce spolupracuje s Mateřskou a Základní školou pro tělesně postižené v Brně, Střední školou F. D. Roosevelta pro tělesně postižené a Základní a střední školou Březejc, Sviny 13.

Centrum poskytuje širokou škálu sociálních služeb, včetně domovů pro osoby se zdravotním postižením, denních a týdenních stacionářů, odlehčovacích služeb, sociálně terapeutických dílen a chráněného bydlení. Nedílnou součástí nabídky je také komplexní

zdravotnická péče zahrnující fyzioterapii, hipoterapii, ergoterapii, klinickou logopedii a ošetřovatelskou péči.

V oblasti kulturních a volnočasových aktivit Centrum Kociánka podporuje uměleckou tvorbu a expresivní terapii prostřednictvím dramatické výchovy, která již téměř dvacet let slouží k rozvoji pohybových, hlasových a komunikačních dovedností uživatelů. Významným projektem je také kapela HUSTEJ ROCK, která pravidelně vystupuje na různých akcích a přispívá k integraci a prezentaci talentů osob se zdravotním postižením.

Centrum Kociánka klade důraz na kvalitu poskytovaných služeb, o čemž svědčí udělený certifikát akreditace od Spojené akreditační komise. Dále je fakultním zařízením Pedagogické fakulty Masarykovy univerzity v Brně, což umožňuje propojení teoretického vzdělávání s praktickou zkušeností v oblasti péče o osoby se zdravotním postižením.

Díky komplexnímu přístupu a široké nabídce služeb se Centrum Kociánka řadí mezi přední instituce v České republice, které se věnují podpoře a integraci osob se zdravotním postižením do společnosti (Centrum Kociánka, n.d.)

1.3.4 Lipno bez bariér

Lipno bez bariér je jedinečný projekt zaměřený na poskytování komplexních služeb a aktivit pro osoby se specifickými potřebami, rodiny s dětmi a seniory. Tento projekt, jehož cílem je systematické a trvalé zpřístupňování aktivit a turistických atrakcí těmto cílovým skupinám, umožňuje plnohodnotný pobyt a trávení volného času v oblasti Lipna.

Projekt nabízí komplexní nabídku aktivit a služeb na jednom místě. Jeho hlavní předností je celoroční dostupnost a široká nabídka pro různé cílové skupiny, včetně integrace lidí s handicapem mezi běžnou populaci. Díky tomu mohou rodiny trávit dovolenou společně, včetně členů s handicapem, a to za cenově zvýhodněných podmínek.

Nabízené služby a aktivity zahrnují bezbariérová ubytovací a stravovací zařízení. Dále projekt disponuje plně vybavenými půjčovnami pro osoby se specifickými potřebami, kde si lze zapůjčit tandemová kola, handbike, elektročluny s bezbariérovým přístupem, monoski a další sportovní vybavení. Sportovní aktivity zahrnují lyžování s vyškolenými instruktory, cykloturistiku a návštěvy bezbariérových atrakcí, jako je Aquaworld Lipno a Stezka korunami stromů.

Mezi speciální akce projektu patří Den Lipno bez bariér, kdy je veškeré vybavení pro osoby se specifickými potřebami zdarma, a Den s handicapem, který nabízí sezónní aktivity zaměřené na cykloturistiku v létě a lyžování v zimě, s podporou vyškolených instruktorů. Tyto akce podporují aktivní životní styl a sociální začlenění osob se specifickými potřebami.

Na realizaci projektu se podílejí různí partneři, včetně společnosti destinačního managementu LIPENSKO, obce Lipno nad Vltavou, která poskytuje zázemí, a společnosti LIPNO SERVIS, která provozuje služby jako půjčovny a bazén. Mezi další partnery patří Stezka korunami stromů Lipno, která nabízí turistickou atrakci vhodnou pro osoby se specifickými potřebami. Projekt tak přispívá k vytváření inkluzivní společnosti, kde mají všichni stejné příležitosti pro aktivní trávení volného času (Lipno.info, n.d.).

1.3.5 Národní sportovní centrum Nymburk

Jedná se o tréninkové středisko České unie sportu, které se nachází v krásném prostředí lesoparku podél řeky Labe. Nabízí širokou škálu vybavení a prostor pro různé sporty, včetně těch olympijských, a to jak ve venkovních, tak vnitřních prostorech. Součástí komplexu je tříhvězdičkový hotel s kapacitou 250 lůžek, včetně bezbariérových pokojů. K dispozici je také jídelna s celodenním stravováním, Lobby Bar a Sport Bar pro večerní relaxaci. Areál dále zahrnuje přednáškové sály a školící místnosti. Sportovní centrum Nymburk se specializuje na plánování a organizaci rozmanitých firemních akcí, včetně turnajů a netradičních sportů (SC Nové Město na Moravě, n.d.).

Pravidelně hostí i prestižní sportovní události, jako je například Evropský pohár v paralympijském sportu boccia, pořádaný Českou federací Spastic Handicap (SPASTIC Handicap o.p.s., n.d.).

1.3.6 Centrum handicapovaných lyžařů

Centrum handicapovaných lyžařů je registrovaným spolkem s celostátní působností se sídlem v Janských Lázních, Královéhradeckém kraji. Jeho hlavním cílem je podpora a rozvoj lyžování pro tělesně postižené, zejména mladé lidi a děti po těžkých úrazech páteře nebo trpících vrozenými vadami. Vznik Centra v roce 2001 znamenal také vznik sportovního centra alpského lyžování pod Českým svazem tělesně postižených sportovců. Organizace se zaměřuje na poskytování výuky lyžování od začátečníků po vrcholové sportovce s tělesným postižením. Součástí činnosti centra je provoz mono-lyžařské školy a školení instruktorů monoski pro veřejnost. Centrum poskytuje také možnost účasti ve sportovním programu, který zahrnuje tréninkové aktivity a přípravu na domácí a zahraniční závody. Od roku 2007 je Centrum zapojeno do struktury Svazu lyžařů ČR a aktivně se podílí na rozvoji Komise handicapovaných lyžařů v rámci svazu (Monoski.info, n.d.).

1.3.7 Sportability

Sportability, z.s. je nezisková organizace zaměřená na podporu a rozvoj aktivního životního stylu pro osoby s handicapem. Prostřednictvím svých aktivit umožňuje lidem s různými druhy postižení plně se věnovat atraktivním sportům, jako jsou lyžování, cyklistika či sjíždění divokých řek. Nezáleží na tom, zda jde o zkušené sportovce nebo začátečníky, kteří si chtějí některý ze sportů vyzkoušet poprvé.

Hlavní aktivity Sportability zahrnují:

- **Lyžařská soustředění a kurzy:** Každoročně pořádají pravidelná soustředění a sportovní pobytové kurzy pro handicapované lyžaře všech výkonnostních úrovní. Nabízejí kurzy na biski, monoski, dualski a kartski, ale i pro stojící lyžaře s různými druhy pohybových vad a amputací.
- **Cyklistické kempy a vodácké kurzy:** Od jara do podzimu realizují cyklistické kempy na handbicích a vodácké kurzy rekreační úrovně.
- **Trénink a příprava na závody:** Součástí jejich činnosti je také trénink a příprava lyžařů na mezinárodní závody a paralympiády.
- **Zapůjčení sportovních pomůcek a poradenství:** Na všechny pořádané akce jsou schopni zapůjčit speciální sportovní pomůcky. Poskytují také poradenství týkající se sportu handicapovaných a zajišťují osobní asistenci.

Během těchto akcí se snaží nejen o vytvoření kvalitních podmínek pro sportování lidí s handicapem, ale také o jejich zapojení do širšího kolektivu spolu s nehandicapovanými sportovci. V průběhu roku se sdružení věnuje osvětové činnosti, například prezentaci sportovních aktivit pro handicapované v rámci jiných sportovních akcí, ve školách a firmách.

Sportability tak významně přispívá k integraci osob s handicapem do společnosti a podporuje jejich aktivní a plnohodnotný život (Sportability, n.d.).

1.3.8 ParaCENTRUM Fenix

ParaCENTRUM Fenix je brněnská nezisková organizace, kterou v roce 2004 založili sami vozíčkáři s cílem pomáhat lidem po poškození míchy. Dnes je Fenix jedinou organizací na Moravě, která se specializuje výhradně na spinální problematiku. Jejím mottem je *„Roztáčíme život naplno!“* a hlavním posláním je podpora soběstačnosti klientů, návrat do běžného života a prevence úrazů.

Hlavním cílem organizace je pomoci lidem po poranění míchy přechod z institucionální péče zpět do domácího prostředí, usnadnit jim akceptaci nové životní situace a podporovat je při návratu do pracovního i společenského života. Součástí činnosti je i osvěta ve školách, kde se studenti učí, jak úrazům předcházet a jak se zachovat v případě nehody.

Organizace poskytuje široké spektrum služeb, které pokrývají jak sociální, tak zdravotní potřeby klientů:

- **Fyzioterapie**: Podporuje fyzickou kondici, stabilitu, motoriku a respirační funkce. Pomáhá snížit bolest a spasticitu, posiluje svalovou sílu a celkovou psychickou pohodu.
- **Osobní asistence**: Pomáhá klientům s každodenními činnostmi tak, aby mohli žít co nejvíce samostatně. Umožňuje jim pokračovat v zaměstnání, studiu nebo se věnovat rodině.
- **Sociální rehabilitace**: Zaměřuje se na rozvoj samostatnosti a soběstačnosti. Poskytuje poradenství v oblasti kompenzačních pomůcek, bydlení a intimního života.
- **Ergoterapie**: Nácvik soběstačnosti, stabilizace trupu, oblékání, grafomotorika. Řešení poruch sexuálních funkcí po poškození míchy.
- **Bezbariérová přeprava**: Organizace provozuje dva upravené automobily pro převoz klientů.
- **Bezbariérový byt**: Plně vybavený byt v Brně, který mohou klienti využít na přechodné období.
- **Bezbariérová posilovna**: Speciálně upravená posilovna pro osoby na vozíku, s odborným dohledem.
- **Půjčovna kompenzačních pomůcek**: Klienti si mohou pomůcky vyzkoušet před jejich nákupem nebo je využít krátkodobě.
- **Psychologické a intimní poradenství**: Pomoc s partnerským životem, psychologická podpora a terapie.
- **Rekondiční pobyty**: Každoroční letní pobyty zaměřené na rehabilitaci, aktivizační cvičení a výlety.

ParaCENTRUM Fenix každoročně organizuje řadu benefičních a osvětových akcí, které nejenže pomáhají financovat jeho služby, ale také zvyšují povědomí veřejnosti o životě lidí s poškozením míchy. Stalo se klíčovou organizací v oblasti podpory osob po poranění míchy v České rupublice. Nabízí širokou škálu služeb zaměřených na soběstačnost klientů a jejich začlenění do společnosti. Zároveň organizuje významné benefiční akce a projekty,

které pomáhají nejen financovat její činnost, ale také šířit osvětu o životě s hendikepem (ParaCENTRUM Fenix, 2024).

1.4 STUDIE PROVEDITELNOSTI

Studie proveditelnosti, občas též nazývaná technickoekonomická studie, představuje komplexní dokument, který systematicky a z hledisek všech klíčových aspektů popisuje investiční záměr. Jejím cílem je zhodnotit všechny možné varianty realizace a posoudit proveditelnost daného investičního projektu, poskytujíc zároveň veškeré informace pro samotné investiční rozhodnutí. Tento materiál je využíván v různých podobách při přípravě investičních plánů jak v podnikatelském prostředí, tak ve veřejném sektoru. Jak je patrné z jeho definovaného účelu, studie je vytvářena v přípravné, tedy předinvestiční fázi projektu. Na jedné straně slouží jako podrobný plán investičního projektu, který hraje roli materiálu vedoucího k investičnímu rozhodnutí vlastníka projektu či k rozhodnutí potenciálního věřitele (nebo poskytovatele dotace) ohledně poskytnutí finanční podpory. Na straně druhé je to nástroj, který poskytuje základ pro následný projektový management během fáze realizace investice nebo provozní fáze (Sieber, 2004).

1.4.1 Obsah studie proveditelnosti

Studie proveditelnosti je strukturována do samostatných kapitol, každá je zaměřená na specifickou problematiku spojenou s investičním záměrem. Struktura, obsah a podrobnosti studie proveditelnosti se může lišit v závislosti na charakteru každého projektu. Například, organizační struktura pro řízení provozu hotelu s rehabilitačním centrem se výrazně odlišuje od té, která je potřebná pro správu místní komunikace k průmyslové zóně či kanalizace. Proto jsou proporce obsahu jednotlivých částí studie proveditelnosti vždy individuálně nastaveny v souladu s charakteristikami konkrétního projektu (Sieber, 2004).

Nyní uvedu souhrnný obsah osnovy studie proveditelnosti dle (Sieber, 2004).

Titulní strana

Označuje studii proveditelnosti a specifikuje popisovaný projekt. Zahrnuje informace o počtu stran textu a příloh, včetně kontaktních údajů zpracovatele.

1. **Obsah**

Poskytuje přehled o struktuře kapitol a stránkování.

2. Úvodní informace

Krátce uvádí účel studie proveditelnosti, datum zpracování a identifikační údaje o zadavateli, zpracovateli a kontaktních osobách.

3. Stručné vyhodnocení projektu

Shrnuje klíčové závěry studie, zahrnuje zásadní ukazatele, výsledky hotovostních toků a citlivostní analýzu. Poskytuje hodnocení finanční efektivity, realizovatelnosti projektu a výsledky analýzy rizik.

4. Stručný popis podstaty projektu a jeho etap

Komplexně popisuje hlavní charakteristiky projektu, včetně názvu, zaměření, poskytovaných služeb, investora, kapacity a lokalizace. Detailněji se zabývá etapami projektu a jejich specifiky.

5. Analýzy trhu, odhad poptávky, marketingová strategie a marketingový mix

Zahrnuje popis marketingových aspektů projektu, včetně analýzy trhu, odhadu poptávky a strategie. Dále se věnuje marketingovému mixu s ohledem na veřejné i privátní projekty.

6. Technické a technologické řešení projektu

Shrnuje podstatné technické a technologické aspekty, včetně zvolené technologie, parametrů zařízení, rizik a potřebných toků.

7. Dopad projektu na životní prostředí

Popisuje vlivy realizace projektu na životní prostředí v jednotlivých etapách.

8. Zajištění dlouhodobého majetku

Vymezuje strukturu dlouhodobého majetku, investiční náklady, servisní podmínky a znovupořízení.

9. Řízení pracovního kapitálu (oběžný majetek)

Definuje strukturu a velikost oběžného majetku, včetně skladování, pohledávek, závazků a řízení hotovostních prostředků.

10. Finanční plán a analýza projektu

Zahrnuje základní kalkulace, analýzu bodu zvratu a detailní finanční plán s průběhem nákladů, výnosů a cash flow.

11. Hodnocení efektivity a udržitelnosti projektu

Vyhodnocuje projekt pomocí kriteriálních ukazatelů, jako jsou NPV, IRR, doba návratnosti a index rentability.

12. Analýza a řízení rizik

Identifikuje hlavní rizikové faktory, jejich pravděpodobnost a opatření k jejich snížení.

13. Harmonogram projektu

Zahrnuje časový plán jednotlivých činností a fází projektu v podobě harmonogramu.

14. Závěrečné shrnující hodnocení projektu

Obsahuje komplexní závěr a hodnocení projektu z různých perspektiv, včetně realizovatelnosti a finanční rentability.

2 CÍLE

2.1 Hlavní cíl

Hlavním cílem diplomové práce je provést studii proveditelnosti projektu sportovně rekreačního centra centrum KARA v Rejhoticích a na základě toho poskytnout komplexní podklady pro investiční rozhodnutí o jeho realizaci.

2.2 Dílčí cíle

1. Vybrat odborníky (respondenty) z relevantních odborných oblastí pro oslovení.
2. Představit teze projektu, představit zaměření projektu a jeho etap.
3. Provést analýzu trhu a poptávky.
4. Promyslet a uvést personální východiska projektu a plánovaný management lidských zdrojů.
5. Zhodnotit možné strategie marketingu a propagace centra KARA.
6. Posoudit dostupné prostředky, analyzovat finanční plán a ekonomickou efektivitu projektu centrum KARA.
7. Posoudit efektivitu a udržitelnost projektu centrum KARA z dlouhodobého hlediska.
8. Identifikovat a zhodnotit rizika spojená s provozem a realizací centra KARA.
9. Vyhodnotit možné strategie sociální rehabilitace a integrace osob se specifickými potřebami do prostředí centra KARA.
10. Analyzovat možnosti spolupráce s místními a státními institucemi a organizacemi podporujícími osoby se specifickými potřebami.
11. Zhodnotit možné vlivy a dopady centra KARA na místní komunitu a region.

3 METODIKA

Tato kapitola popisuje metodologický přístup k výzkumu zaměřenému na studii proveditelnosti a optimálního provozního modelu centra KARA. Cílem metodické části je představit výzkumný rámec, přístup ke sběru dat, výběr respondentů a způsob analýzy získaných informací.

3.1 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor této diplomové práce tvoří osm odborníků s rozmanitými profesními zkušenostmi, kteří byli vybráni ve spolupráci s vedoucím práce na základě své expertízy v klíčových oblastech plánovaného centra KARA. Jednotliví respondenti působí v různých segmentech – od řízení organizací, přes rehabilitaci, sportovní inkluzi až po PR marketingovou komunikaci. Tato odborná skupina umožnila získat komplexní pohled na všechny podstatné aspekty spojené se vznikem a fungováním centra.

Výzkumu se zúčastnil hlavní investor projektu, který přinesl vhled do provozního a personálního plánování. Druhý respondent zastává vedoucí pozici v oblasti sociálních služeb a přispěl mnoho poznatků především z oblastí řízení lidských zdrojů a dlouhodobé i finanční udržitelnosti projektu. Další respondent působí na vedoucí pozici v prostředí lázeňství a přispěl svými poznatky zvláště v oblastech dlouhodobé i finanční udržitelnosti a byla s ním projednána i případná spolupráce s centrem KARA.

Praktický přínos nabídly dvě fyzioterapeutky s různým profesním zázemím, které pracovaly s osobami se specifickými potřebami v různých formách pobytových a ambulantních zařízení. Důležitý vhled do organizace pohybových a outdoorových programů poskytl také respondent se specializací na sportovní aktivity pro osoby se specifickými potřebami.

Ze sféry akademické se zapojil respondent s dlouhodobou praxí v oblasti aplikovaných pohybových aktivit. Přinesl podrobný vhled do mnoha klíčových oblastí, které jsou spojeny s realizací centra KARA.

Odborné poznatky z oblasti komunikace a marketingu přinesl respondent působící v oblasti PR a marketingu v univerzitním prostředí, který nabídl pohled na strategii budování značky, práci se sociálními médii a komunikaci směrem k veřejnosti a partnerům.

Výzkumný soubor tak poskytl široké spektrum odborných vhledů, které se vzájemně doplňovaly a umožnily zachytit různé úhly pohledu na realizaci, provoz a směřování centra KARA. Díky kvalitativnímu přístupu bylo možné identifikovat nejen klíčové faktory úspěšnosti,

ale i možná rizika a provozní výzvy. Tyto poznatky tvoří důležitý podklad pro formulaci závěrů diplomové práce a návrh reálně realizovatelného, udržitelného a odborně funkčního konceptu centra.

3.2 Metody sběru dat

Oslovení respondentů probíhalo prostřednictvím e-mailové komunikace, na jejímž základě byly sjednány osobní či online rozhovory. Všechny rozhovory byly s vědomím respondentů zaznamenány formou zvukové nahrávky a následně přepsány do textové podoby pro potřeby další analýzy. Tento postup zajistil přesné zachycení výpovědí, včetně důležitých detailů a nuancí, a zároveň umožnil zpětnou kontrolu při interpretaci získaných dat. Rozhovory byly vedeny dle polostrukturovaného scénáře. To znamená, že výzkumník pracoval s předem připravenou sadou tematických okruhů a otázek, přičemž měl zároveň prostor pro flexibilní reagování na odpovědi respondentů a rozvíjení relevantních témat, která v průběhu rozhovorů přirozeně vyplynula. Tento způsob vedení rozhovorů umožnil zachytit individuální pohledy a zkušenosti jednotlivých odborníků v jejich přirozeném kontextu. Konkrétní témata byla vždy přizpůsobena odbornému profilu jednotlivých respondentů. Získaná data byla analyzována pomocí tematické analýzy. Tento přístup umožnil identifikovat hlavní témata, opakující se vzorce a klíčové faktory, které se v odpovědích jednotlivých respondentů objevovaly. Tematická analýza sloužila jako základ pro formulaci závěrů a návrhů doporučení, které budou dále využity při zpracování finálního konceptu studie proveditelnosti – centra KARA.

3.3 Statistické zpracování dat

Jelikož se jedná o kvalitativně orientovanou práci, nebylo využito žádné statistické zpracování dat. Odpovědi respondentů byly zaznamenány, analyzovány a následně zohledněny při finální tvorbě studie proveditelnosti, přičemž sloužily jako klíčový podklad pro formulaci závěrů a doporučení.

4 VÝSLEDKY PRÁCE A DISKUZE

Vzhledem k povaze této práce byly kapitoly „Výsledky práce“ a „Diskuze“ záměrně spojeny do jedné společné části. Toto propojení bylo zvoleno s ohledem na charakter získaných dat a cíl práce, tedy nejen prezentovat výsledky, ale zároveň je bezprostředně interpretovat a zasadit do širšího odborného kontextu. Tento přístup umožňuje plynulé propojení jednotlivých zjištění s jejich analýzou a reflektuje jejich význam pro následné návrhy.

Tato kapitola shrnuje výstupy z výzkumného šetření, které bylo realizováno prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s odbornými respondenty. Výsledky byly zpracovány metodou tematické analýzy obsahu, jež umožnila identifikaci opakujících se témat, postojů a doporučení napříč rozhovory. Na základě této analýzy byly definovány hlavní tematické oblasti – podkapitoly, které slouží jako rámec pro interpretaci získaných dat.

Návrhová část studie proveditelnosti pak vychází z osobního odborného úsudku autorky práce, který byl utvářen na základě podrobné analýzy sdělení v jednotlivých tematických oblastech.

4.1 Lidské zdroje

Tato podkapitola shrnuje výstupy tematické analýzy rozhovorů s respondenty, kteří se vyjadřovali k různým aspektům personálního zajištění centra KARA. Na základě jejich výpovědí byla podkapitola rozdělena do čtyř tematických celků: personální složení, nábor a motivace zaměstnanců, studenti a odborné praxe, dobrovolníci.

4.1.1 Personální složení

Otázka č. 1: Jaké by podle vás mělo být personální složení centra KARA?

Respondent č. 1 poukázal na základní provozní potřeby centra, jako je pozice provozního, kuchaře či technického pracovníka. Tyto technicko-obslužné funkce by bylo možné dle jeho vyjádření pokrýt prostřednictvím stávajících zaměstnanců jeho firmy. Sportovní aktivity by podle něj mohli realizovat studenti, zatímco některé pozice, jako recepční, se zatím jeví jako zbytné a potenciálně řešitelné brigádně.

Oproti tomu **Respondent č. 3** zdůrazňuje nutnost vymezit, zda se centrum KARA bude profilovat jako zdravotnické zařízení, nebo spíše jako Komerční. V případě zdravotnického provozu by muselo dodržet přesná personální kritéria vyplývající z legislativy (např. počet fyzioterapeutů, lékařů a sester na lůžko), která podléhají kontrole pojišťoven a krajských úřadů.

V případě komerčního pojetí lze personální strukturu koncipovat flexibilněji, dle potřeb programu a zaměření.

Respondent č. 4 i **Respondent č. 5** se shodují na tom, že základ odborného týmu by měl tvořit fyzioterapeut a pracovník v oblasti aplikovaných pohybových aktivit (APA). Jako důležití členové týmu byli dále zmiňováni ergoterapeut, psycholog, pracovníci v sociálních službách a osobní asistenti. Respondenti upozorňují na praktické aspekty práce s klienty s těžším handicapem – např. potřebu asistence při hygieně, přesunech či komunikaci. Dle jejich zkušeností je vhodné zapojit i koordinátora celého pobytového programu. Zásadním faktorem pro personální plánování však zůstává dostupnost finančních prostředků, jelikož bez dotační podpory by nebylo možné plně pokrýt potřeby všech odborných profesí.

Specifický důraz na stabilitu a zastupitelnost týmu klade **Respondent č. 6**, který upozorňuje na úskalí personální nenahraditelnosti. Podle jeho názoru je pro dlouhodobou funkčnost centra nezbytné mít vedle sebe malý, ale spolehlivý tým, kde se členové mohou zastoupit, a kde existuje vzájemná důvěra. V ideálním případě by tým měl zahrnovat pracovníky s odbornými zkušenostmi v oblasti fyzioterapie nebo sportu osob se specifickými potřebami.

Zcela konkrétní strukturu základního týmu navrhuje **Respondent č. 7**, který doporučuje vytvořit čtyři klíčové role: koordinátor studentů a praktikantů, technický pracovník (zajištění a servis sportovních pomůcek), provozní manažer a pracovník PR či sales manažer. Dle jeho názoru je vhodné, zejména v počátku fungování centra, některé pozice sloučit (např. koordinátor a sales manažer), čímž by bylo možné optimalizovat náklady a zároveň zajistit základní provoz.

4.1.2 Motivace a nábor zaměstnanců

Otázka č. 2: Jaké konkrétní metody a kritéria používáte při náboru personálu do vašeho centra?

Otázka č. 3: Používáte v centru nějaké konkrétní motivační strategie, abyste podpořili zapojení zaměstnanců do práce?

V oblasti náboru zaměstnanců se **Respondent č. 2** zaměřuje především na kombinaci formálních i osobnostních kritérií. V rámci přijímacího řízení hraje důležitou roli životopis uchazeče, počet vystřídaných zaměstnání a jejich charakter, ale především vlastnosti jako jsou pracovitost, důslednost a přirozená laskavost vůči lidem. Tyto charakteristiky však podle jeho slov nelze vždy spolehlivě rozpoznat během pohovoru, a proto je klíčovou součástí náborového procesu zkušební doba v délce tří měsíců, která často rozhodne o další spolupráci.

Při náboru odborného personálu, jako jsou fyzioterapeuti nebo sociální pracovníci, se posuzují i hlubší aspekty – například úroveň odborného uvažování, vize uchazeče o budoucí práci či jeho schopnost reflektovat vlastní praxi. Zde se projevuje rozdíl mezi čerstvými absolventy a pracovníky s delší profesní zkušeností. V obou případech však zůstává hlavním měřítkem kvalita, odpovědnost a vstřícný přístup ke klientům.

Z hlediska motivace zaměstnanců se respondent odkazuje na zákonnou povinnost každoročně absolvovat 24 hodin vzdělávání, z čehož alespoň jeden kurz musí být osmihodinový a akreditovaný. Tento rámec však jejich organizace dále rozšiřuje o dobrovolné vzdělávací kurzy, které reflektují aktuální technologické trendy a potřeby týmu. Například momentálně probíhá školení na kancelářský software (Word, Excel) a připravuje se dvoudenní seminář zaměřený na využití umělé inteligence v sociálních službách. Podle vyjádření respondenta je klíčové, aby pracovníci drželi krok s vývojem – i v sociální oblasti totiž hraje technologická gramotnost stále větší roli (např. při tvorbě metodik, dokumentace nebo standardů péče).

V oblasti finanční motivace respondent potvrzuje, že organizace pracuje s odměnami, jejichž výše a frekvence se však odvíjejí od aktuálních finančních možností. Klíčovou roli zde hraje interní fundraisingový tým, který aktivně vyhledává externí zdroje financování – zejména granty, nadační příspěvky, sponzorské dary nebo charitativní programy. Bez těchto externích zdrojů by nebylo možné zaměstnancům nabízet žádné nadstandardní benefity.

4.1.3 Studenti a odborné praxe

Otázka č. 4: Jaké konkrétní formy spolupráce mezi Fakultou tělesné kultury v Olomouci a Centrem KARA by mohli vzniknout?

Otázka č. 5: Jaké zázemí bude k dispozici pro studenty, kteří si zde budou plnit praxi?

Otázka č. 6: Jakým způsobem jste zapojovala studenty či dobrovolníky do rehabilitačního procesu ve vašem zařízení? Jaké činnosti jste jim nejčastěji svěřovala?

Z výpovědí respondentů vyplývá, že spolupráce se studenty, zejména v rámci odborných praxí, představuje jednu z důležitých personálních rovin plánovaného fungování centra KARA. Tato forma spolupráce může výrazně podpořit provozní kapacity centra, přinést nové impulzy a zároveň nabídnout studentům cennou zkušenost s aplikací teoretických poznatků v praxi.

Respondent č. 7 považuje propojení s Fakultou tělesné kultury v Olomouci za jednu z klíčových příležitostí. Podle něj by studenti mohli v centru KARA realizovat své povinné i dobrovolné praxe, čímž by nejen získali praktické dovednosti, ale zároveň by snížili nároky na finanční krytí personálních nákladů. Zároveň však upozorňuje na nutnost zajištění koordinátora praxí, který by studenty vedl, supervidoval jejich činnost a zajišťoval jejich hladké

začlenění do chodu centra. Vedle odborného vedení považuje za důležité nabídnout studentům základní zázemí, jako je ubytování a strava zdarma, což může významně ovlivnit jejich motivaci a ochotu účastnit se praxe mimo své běžné studijní prostředí.

Podobně **Respondent č. 1**, hlavní sponzor projektu, potvrzuje záměr vyčlenit pro studenty ubytovací kapacitu – konkrétně například objekty Chata Tomáš a Chata Adam, které by mohly sloužit jako samostatné zázemí pro dobrovolníky a praktikanty.

Praktické zkušenosti se zapojením studentů přináší i **Respondent č. 4**, který popisuje způsob práce se studenty ve svém zařízení. Studenti byli postupně zapojováni jak do individuálních cvičení, tak i do skupinových pohybových aktivit, kde si mohli na vlastní kůži vyzkoušet sportovní a herní činnosti v upravené formě – např. bocciu, basketbal na vozíku nebo míčové hry. Důraz byl kladen na aktivní zapojení a prožitek, nikoli pouze na pasivní pozorování. Studenti se rovněž učili chápat potřeby klientů z různých skupin a podle **Respondenta č. 4** šlo o cennou zkušenost, protože většina z nich neměla s aplikovanými pohybovými aktivitami žádné předchozí praktické zkušenosti.

Celkově tedy z výpovědí vyplývá, že studenti a dobrovolníci mohou hrát důležitou roli v provozu centra KARA, a to nejen jako posila týmu, ale také jako cílová skupina pro odborný růst a vzdělávání. Úspěch takového zapojení však podmiňuje kvalitní systém vedení, organizační příprava a zajištění přiměřeného zázemí.

4.1.4 Dobrovolníci

Otázka č. 7: Využíváte pro nějaké své programy dobrovolníky?

Význam dobrovolníků v rámci provozu rehabilitačních či sportovně-rekreačních zařízení se může výrazně lišit podle organizační struktury a personálních kapacit jednotlivých institucí. Výpovědi respondentů ukazují dva odlišné přístupy – pasivní a selektivně aktivní.

Respondent č. 6 popisuje fungování své organizace jako personálně soběstačné, přičemž dobrovolníci zde nehrají systematickou roli. Dobrovolnictví označuje jako okrajovou a nesystematicky využívanou složku, která nevychází z plánovaného zapojení či aktivního vyhledávání, ale spíše z náhodných kontaktů a přirozeného zájmu jednotlivců. Tento model vychází z nastavení stabilního a dostatečně početného interního týmu, který zvládá všechny aktivity bez potřeby externí pomoci. Pokud se přesto někdy dobrovolník zapojí, je to vítaný bonus, nikoli nezbytná součást provozu. Finanční výhodnost takové pomoci je nesporná, ale nemá rozhodující význam pro fungování služeb.

Naopak **Respondent č. 5** prezentuje přístup založený na cíleném a selektivním využívání dobrovolníků, zejména v rámci specifických aktivit – například při akčně poznávacích pobytech.

V těchto případech je však kladen vysoký důraz na kvalitu a zkušenosti dobrovolníků, a to především ve vztahu ke klientům s handicapem. Respondentka zmiňuje, že dobrovolníci musí být fyzicky zdatní, spolehliví a schopní zvládat asistenci při náročnějších úkonech – jako je manipulace s vozíkem, přesuny klientů, nebo pomoc při koupání. Vhodní kandidáti jsou často získáváni z okruhu známých pracovníků, partnerských firem nebo prostřednictvím firemních dobrovolnických dnů. Dobrovolníci jsou pak zapojováni zejména do praktické asistentské činnosti, která vyžaduje osobní kontakt a vysokou míru odpovědnosti.

4.2 Marketing, PR

Tato kapitola vznikla na základě rozhovorů s vybranými respondenty, kteří byli osloveni v rámci identifikace klíčových oblastí v marketingu a public relations. Respondenti sdíleli své zkušenosti a doporučení týkající se efektivní komunikace s partnery, prezentace organizace na webu a sociálních sítích, budování důvěry prostřednictvím ambasadorů a realizace sezónních kampaní. Výsledná tematická struktura je rozdělena do pěti podkapitol: komunikace s partnery, sponzory a veřejností, webové rozhraní a rezervační systém, využití sociálních sítí, zapojení ambasadorů, sezónní kampaně a výjimečné akce.

4.2.1 Komunikace s partnery, sponzory a veřejností

Otázka č. 1: Myslíte si, že by centrum KARA mělo navazovat spolupráci s institucemi, firmami nebo neziskovými organizacemi?

Respondent č. 2: podotýkám že je to velmi důležité, ale také to s sebou obnáší různé povinnosti. Klíčová je pravidelná a osobní komunikace se sponzory, partnery i veřejností. Dále také upozorňuje na význam měsíčního newsletteru, který informuje o aktivitách centra a udržuje sponzory v obraze. Tento přístup posiluje pocit kontinuity a důvěry: „Nemůžete přijít za sponzorem jednou za rok a pak se celý rok neozvat.“ Komunikace probíhá nejen formálně, ale také symbolicky – přání k svátkům, osobní pozvání na akce nebo přímý kontakt. Podstatnou roli sehrávají i společenské události (např. ochutnávky vín), které jsou příležitostí k neformálnímu setkávání.

4.2.2 Webové rozhraní a rezervační systém

Otázka č. 3: Na jaké konkrétní prvky by měl být kladen největší důraz při tvorbě webu, aby byl atraktivní a zároveň funkční?

Respondent č. 8 považuje za naprosto zásadní vizuální a uživatelskou kvalitu webových stránek. Web musí být přehledný, s intuitivní navigací a rychlým přístupem k rezervačnímu

systému. Klíčem je „získat“ návštěvníka v prvních sekundách – atraktivní vizuální styl, kvalitní fotografie, srozumitelné menu a jednoduchost rozhodují o tom, zda uživatel zůstane a provede rezervaci.

4.2.3 Využití sociálních sítí

Otázka č. 4: Jaké konkrétní sociální sítě se vám nejvíce osvědčily pro publikování vašeho obsahu?

Otázka č. 5: Jaký typ obsahu se vám nejvíce osvědčil pro získávání pozornosti na vašich sociálních sítích?

Otázka č. 6: Jaký typ obsahu by se vám líbil v rámci prezentace hotelu, který je bezbariérový a nabízí sportovně-rekreační aktivity pro osoby se specifickými potřebami
i širokou veřejnost?

V oblasti sociálních sítí doporučuje **Respondent č. 8** zaměřit se primárně na Instagram, a Facebook. Nejlépe fungují příspěvky, které v sobě nesou emoce, humor nebo autentický zážitek – například videa ze zákulisí, skeče se zaměstnanci, atmosférické momenty z akcí nebo osobní výpovědi návštěvníků. Klíčová je autenticita, která přitahuje a zvyšuje důvěru.

Vhodné je také sdílet proces vzniku samotného centra – od plánování přes stavbu až po první provoz. Lidé rádi sledují příběhy „od začátku“, což zvyšuje jejich zájem a angažovanost.

4.2.4 Zapojení ambasadorů

Myslíte si, že by pro centrum KARA bylo přínosné navázat spolupráci s veřejně známou osobností, ambasadorem nebo influencerem?

Pro zvýšení dosahu a důvěryhodnosti doporučuje **Respondent č. 8** aktivně zapojit personál do obsahu. Například prostřednictvím zábavných formátů, trendových videí nebo autentických výpovědí. Zároveň má smysl navázat spolupráci s veřejně známou osobností nebo influencerem, ovšem za předpokladu, že půjde o dlouhodobé a hodnotově sladěné partnerství. Vhodným příkladem je spolupráce Centra Paraple a Zdeňka Svěráka, který je vnímaný jako důvěryhodná osoba.

4.2.5 Sezónní kampaně a výjimečné akce

Otázka č. 7: Napadají vás konkrétní marketingové kampaně nebo PR aktivity, které by podle vás mohly být vhodné pro centrum KARA?

Z marketingového hlediska **Respondent č. 8** doporučuje plánovat sezónní kampaně – např. letní a zimní nabídky, tematické pobyty apod. Doporučuje se i práce s výjimečností – například organizace jednorázových akcí, které díky své nepravidelnosti působí atraktivně a výjimečně. Kombinace pravidelných aktivit (např. otevřené dny, komunitní akce) a jednorázových událostí může zajistit rovnováhu mezi stabilitou a překvapením.

4.3 Spolupráce

Tato podkapitola se věnuje možnostem spolupráce centra KARA s vybranými institucemi z oblasti lázeňství, vzdělávání a odborné praxe. Výsledky rozhovorů byly rozděleny do dvou tematických oblastí: spolupráce s Lázněmi Velké Losiny a spolupráce s Fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci.

4.3.1 Spolupráce – Lázně Velké Losiny

Otázka č. 1: Byla by podle vás reálná spolupráce v oblasti vodních aktivit, například využití bazénu nebo termální vody pro klienty centra KARA? ve vašich Lázních?

Otázka č. 2: Bylo by možné, aby hosté ubytovaní v centru KARA získali nějakou slevu na vstup do termálního bazénu? Myslíte, že by taková forma spolupráce byla reálná?

Z vyjádření **respondenta č. 3** vyplývá, že spolupráce centra KARA s Lázněmi Velké Losiny je možná, avšak pouze v omezené formě. Prostor pro vodní aktivity by mohl být hledán především mimo hlavní lázeňské budovy – například v rámci termálního parku nebo bazénu hotelu Eliška. Tyto prostory nejsou určeny přímo k léčbě, ale disponují stejnou termální vodou a jejich využití by se mohlo domluvit předem, zejména pro menší skupiny klientů (cca 15–20 osob).

Respondent č. 3 však zároveň upozorňuje na omezenou kapacitu zařízení, zejména co se týče zdravotnického personálu. Fyzioterapeuty nelze nabídnout externím hostům, protože ani stávající kapacita nepostačuje pro potřeby vlastních klientů. Individuální cvičení tak nejsou aktuálně reálnou součástí možné spolupráce.

V oblasti cenové politiky se nabízí možnost domluvit slevy na vstupné, avšak pouze na základě objemu zakoupených vstupů a pravidelné spolupráce. Sleva tedy není poskytována automaticky, ale je podmíněna partnerskou dohodou, která má byznysový charakter. Lázně upřednostňují obsluhu vlastní klientely a externí spolupráce musí dávat ekonomický smysl.

Celkově respondent spolupráci nezavrhuje, ale vidí ji spíše jako strategickou dohodu v konkrétních podmínkách, s ohledem na kapacitní a provozní možnosti lázní, a nikoliv jako

běžně dostupnou službu. Možnosti využití bazénů existují, avšak je nutné je vnímat jako doplněk, nikoli jako garantovanou službu pro klienty centra KARA.

4.3.2 Spolupráce s Fakultou tělesné kultury v Olomouci

Otázka č. 3: Jaké konkrétní formy spolupráce mezi Fakultou tělesné kultury v Olomouci a Centrem KARA by mohli vzniknout?

Otázka č. 4: Jak vnímáte možnosti spolupráce centra KARA s fakultou, například prostřednictvím studentských praxí, kurzů nebo tvorby obsahu?

Respondent č. 7 poukazuje na vysoký potenciál spolupráce centra KARA s Fakultou tělesné kultury na několika úrovních. Klíčová je podle něj kombinace personální, materiální a síťové spolupráce.

Na personální úrovni doporučuje zapojení studentů formou praxí. centrum by jim poskytlo prostor pro praktické zkušenosti, čímž by zároveň snížilo náklady na personál. Studenti by za svou činnost nedostávali finanční odměnu, ale bylo by vhodné jim nabídnout benefity v podobě ubytování a stravy zdarma. Pro realizaci takového modelu je však nezbytné vytvořit v centru KARA pozici koordinátora praxí, který by studenty vedl a super vidoval jejich činnost.

Na úrovni materiální spolupráce respondent zmiňuje možnost sdílení a efektivního využití vybavení mezi fakultou a centrem – ať už jde o pomůcky pro pohybové programy, nebo jiné technické zázemí.

Třetí rovina spolupráce se týká propagace a rozvoje klientské základny. Fakulta má přístup k široké síti kontaktů – sportovních organizací, neziskových spolků i jednotlivců – a právě tímto způsobem může pomoci centru v navazování kontaktů a získávání klientů.

Respondent č. 8 z PR a marketingového oddělení fakulty zdůrazňuje, že centrum KARA by mohlo představovat vhodné prostředí pro realizaci studentských praxí a kurzů zaměřených na rekreační či aplikačně orientované aktivity. Propojení s centrem by tak mohlo přinést praktický přínos nejen studentům a vyučujícím, ale i pro prezentaci fakulty navenek. Zároveň by se otevřela možnost využití prostor centra také pro mediální tvorbu – například natáčení videí z kurzů, dokumentování aktivit či tvorbu propagačního obsahu. Vzájemná spolupráce by tedy mohla být přínosná pro obě strany – pro rozvoj studijní praxe i zviditelnění fakulty.

4.4 Dlouhodobá udržitelnost

Tato podkapitola se zaměřuje na klíčové faktory ovlivňující stabilitu a perspektivu dlouhodobého fungování centra KARA. Na základě výpovědí respondentů byla rozdělena do pěti

tematických oblastí: ideální koncept centra, plánování, klíčové prvky úspěšnosti fungování centra.

4.4.1 Ideální koncept centra

Otázka č. 1: Jak by podle Vás mohla vypadat ideální varianta fungování sportovně-rehabilitačního centra KARA?

Otázky zaměřené na ideální formu fungování centra KARA ukázaly dva základní pohledy na problematiku dlouhodobé udržitelnosti. Zásadním společným rysem obou přístupů je důraz na ekonomickou realističnost a provozní efektivitu, avšak liší se ve výchozím modelu, který by měl být základem fungování centra.

Respondent č. 3 představuje model hybridního provozu, který by kombinoval zdravotnické a rehabilitační služby se sportovně-rekreačními aktivitami. Tento přístup nabízí potenciál zapojit zdravotní pojišťovny jako částečné plátce služeb, avšak vyžadoval by splnění přísných legislativních a odborných podmínek (např. akreditace, registrace, odborný personál). Vedle tohoto modelu zvažuje i možnost částečného otevření centra komerčnímu využití – tedy vyčlenění určitých termínů pro samoplátce, například v podobě sportovních pobytů či jiných programů. Klíčovým bodem je zde potřeba definovat, jaká bude primární cílová skupina a jaké financování bude dlouhodobě udržitelné.

Zároveň upozorňuje na to, že zařízení, které by kombinovalo rehabilitaci, sportovní aktivity a ubytovací služby pro osoby se specifickými potřebami, je v České republice relativně ojedinělé. Tento typ provozu by tak mohl vyplnit mezeru na trhu, zejména pokud by se dokázal opřít o odborné vedení a kvalitní zdravotnický servis.

Respondent č. 7 jednoznačně prosazuje komerční model provozu, postavený na principech ekonomické soběstačnosti. Podle jeho názoru je nezbytné, aby centrum fungovalo jako podnikatelský subjekt, který generuje zisk nebo minimálně pokrývá své náklady z vlastních příjmů. Spoléhat se na dotace, státní podporu nebo systém sociální péče považuje za nerealistické, zejména v kontextu toho, že centrum KARA vzniká jako soukromá iniciativa bez zázemí veřejné instituce. Zároveň ale připouští, že určité doplňkové zdroje z oblasti vzdělávání nebo sociálních služeb by mohly obohatit fundraisingový mix a posílit stabilitu provozu – ovšem ne jako hlavní pilíř financování.

4.4.2 Plánování

Otázka č. 2: Jakým způsobem plánujete ve vaší organizaci? Dáváte přednost – dlouhodobému strategickému plánování (5 až 10 let), střednědobému plánování (2 až 5 let) či krátkodobému plánování (1 rok)?

Otázky zaměřené na plánování v organizacích poskytujících služby osobám se specifickými potřebami odhalily rozdíly v přístupu mezi neziskovými subjekty a organizacemi s podnikatelským nebo polo veřejným charakterem. Respondenti poukazovali na klíčový faktor, který plánovací proces výrazně ovlivňuje – stabilita financování.

Respondent č. 2, který zastupuje neziskovou organizaci závislou na každoročních dotacích, popsal plánování v tomto prostředí jako značně nestabilní a operativně zaměřené. Dlouhodobé strategické plánování považuje v podmínkách jejich zařízení téměř za nereálné, neboť výše a přidělení dotací se mění rok od roku a není na ně právní nárok. V takovém prostředí není možné činit pevná rozhodnutí s dlouhodobým výhledem, protože jakákoli nepředvídatelná událost – ať už legislativní změna, ekonomická krize či přírodní katastrofa – může okamžitě změnit celou situaci.

Plánování v tomto typu organizace se tak odehrává převážně na úrovni každodenní operativy a taktické reakce na aktuálně vypsané dotační výzvy a možnosti spolupráce. Důležitou roli hraje flexibilita a schopnost vedení rychle reagovat a přizpůsobit se okolnostem. Přesto zde existuje určitá forma neformální strategie – vize a cíle jsou sice přítomny, ale nejsou zpracovány do rigidních písemných plánů. Významným požadavkem neziskového sektoru, který **Respondent č. 2** sdílí, je zavedení víceletého financování, které by umožnilo plánovat alespoň na horizont tří až pěti let.

Oproti tomu **Respondent č. 6** popisuje plánovací proces jako střednědobý, doplněný o krátkodobé cíle. Tento přístup kombinuje pragmatismus s určitou vizí budoucího rozvoje. Z hlediska doporučení pro centrum KARA **Respondent č. 6** jednoznačně doporučuje dlouhodobé strategické plánování. Podle jeho názoru je důležité, aby nové zařízení mělo jasně vymezený směr a cíle, které budou přetrvávat i přes případné provozní změny či personální obměny. Takové plánování podle něj umožní udržet kontinuitu rozvoje, systematicky budovat značku a efektivněji řídit zdroje.

4.4.3 Klíčové prvky úspěšného fungování centra

Otázka č. 3: Jaké faktory považujete za nejdůležitější pro úspěšné fungování a udržitelnost centra s nabídkou rehabilitačních a sportovně rekreačních programů pro osoby se specifickými potřebami?

Dlouhodobá udržitelnost provozu centra KARA závisí na souhře několika zásadních faktorů, které se opakovaně objevovaly ve výpovědích respondentů. Především je to kvalita poskytovaných služeb, profesionalita personálu, schopnost individuálního přístupu ke klientům, ale také externí financování, strategická spolupráce a promyšlené PR.

Respondent č. 6 uvádí jako klíčový pilíř fungování centra kvalifikovaný a školený personál, který rozumí nejen terapeutické práci, ale také technickému vybavení a pomůckám, které při práci využívá. Podle něj je nezbytné, aby personál chápal funkci pomůcek do hloubky, což posiluje profesionalitu a bezpečnost práce s klientem. Tento prvek je důležitý zejména v prostředí, které pracuje s fyzicky náročnějšími a zároveň citlivými intervencemi.

Zásadní význam má rovněž externí financování, bez kterého podle jeho slov nelze dlouhodobý provoz udržet pouze z poplatků klientů. Granty, dotace, fundraising a partnerská spolupráce jsou tak nedílnou součástí udržitelného ekonomického modelu.

Kromě financí a personálu zmiňuje i spolupráci napříč regiony (např. i přeshraničně s Polskem), která může zvýšit dosah a atraktivitu služeb. Pro cílovou skupinu – zejména profesionální sportovce nebo osoby s vyšším stupněm postižení – je pak nezbytný individuální přístup a kontinuita v práci s klientem. Dlouhodobé vztahy, osobní znalost potřeb a reagování na zpětnou vazbu jsou podle něj důležité pro udržení důvěry a návratnosti klientely.

Respondent č. 7 na něj navazuje a upozorňuje, že první vlnu zájmu o nové centrum může přinést efekt novosti, avšak ten je pouze dočasný. Klíčové pro udržení klientely je nabídnout služby, které mají nadstandardní úroveň a přidanou hodnotu. Nejde jen o samotné ubytování a stravu, ale především o nápaditý a kvalitně připravený doprovodný program, který bude klienty skutečně bavit a aktivně je zapojí.

Dále vyzdvihuje důležitost efektivní propagace a budování značky, kde hrají roli nejen sociální sítě, ale také propojení s odbornými institucemi, jako je Fakulta tělesné kultury. Spolupráce s akademickým sektorem může přinést důvěryhodnost, rozšíření povědomí a podpořit výzkumný a vzdělávací rozměr centra.

V další fázi rozvoje by centrum mělo navázat spolupráci s oblastí zdravotnictví, zejména s fyzioterapeuty, ergoterapeuty a zařízeními lázeňského typu (např. Lázně Velké Losiny). Tato integrace by umožnila profilovat centrum KARA jako ucelený systém podpory zdraví, nikoli pouze jako ubytovací zařízení. Právě silná a jasná identita centra je podle něj základem pro jeho dlouhodobou ekonomickou i odbornou stabilitu.

4.5 Finanční udržitelnost

Tato podkapitola se zabývá ekonomickými aspekty realizace a provozu centra KARA. Na základě tematické analýzy výpovědí respondentů byla rozdělena do čtyř oblastí: náklady na výstavbu a počáteční investice, strategie financování, principy cenotvorby a práce s pojištěním. Výstupy reflektují různorodé přístupy a zkušenosti, které mohou sloužit jako podklad pro nastavení stabilního a udržitelného ekonomického modelu centra.

4.5.1 Náklady na výstavbu a počáteční investice

Otázka č. 1: Jaké jsou odhady nákladů na výstavbu a provoz centra?

Respondent č. 1 popisuje, že odhadované náklady na samotnou výstavbu centra KARA se aktuálně pohybují okolo 60 milionů korun. Přesnější kalkulace týkající se následného provozu – tedy nákladů na energie, údržbu a další provozní výdaje – zatím zpracována nebyla, ale plánuje se její vyhotovení v další fázi příprav.

Důležitou součástí finanční strategie je podle respondenta snaha zapojit do realizace i dotační prostředky, které by mohly pokrýt část nákladů na výstavbu. Cílem je tak kombinovat vlastní investici s veřejnou podporou, aby se celková ekonomická zátěž projektu rozložila.

4.5.2 Strategie financování centra KARA

Otázka č. 2: Jaké strategie financování byste doporučili s ohledem na specifika projektu centra KARA?

Téma finanční udržitelnosti projektu centra KARA bylo v odpovědích respondentů reflektováno jako klíčový předpoklad jeho dlouhodobého fungování. Z výpovědí vyplývá, že neexistuje jediná univerzální strategie, ale spíše doporučení pro kombinaci více zdrojů a přístupů, které se vzájemně doplňují a zvyšují finanční stabilitu centra.

Respondent č. 2 zdůraznil dvě hlavní možné cesty: zdravotnický model postavený na uzavření smluv se zdravotními pojišťovnami – například pro poskytování fyzioterapie nebo jiných zdravotních výkonů – a čistě komerční model založený na hotovostní úhradě služeb klienty podle jasného ceníku. Upozornil ale, že získat smlouvy s pojišťovnami je čím dál obtížnější a že komerční úhrada je realistická jen v případě, že centrum nabídne moderní, atraktivní a kvalitní procedury (např. rázová vlna, wellness nebo kryokomora), které osloví jak klienty s postižením, tak širokou veřejnost.

Respondent č. 6 doporučuje sestavit rozmanité finanční portfolio – tedy kombinaci vlastních příjmů z rekreačních a sportovních aktivit, fundraisingových akcí, dárcovství,

spolupráce se sponzory i podporou z veřejných zdrojů. Za zásadní ale považuje zapojení odborníků na dotační a grantové poradenství. Tvrdí, že u projektů takového rozsahu je nezbytné spolupracovat s profesionální firmou specializovanou na získávání financí z evropských fondů a státních dotačních titulů, která pomůže nastavit celkovou finanční strategii i úspěšně připravit žádosti o podporu.

Respondent č. 7 klade důraz na ekonomickou soběstačnost a tržní prověření hodnoty nabízených služeb. Podle něj by centrum mělo v první řadě fungovat komerčně a hledat klienty, kteří jsou ochotni si za kvalitu zaplatit. Ve druhé fázi doporučuje navázat spolupráci s veřejnými a neziskovými subjekty (např. školy, sportovní spolky, komunitní centra), které mohou čerpat dotace na realizaci svých programů právě v prostorách centra KARA. Tento model umožňuje nepřímé financování – dotace získá nezisková organizace, ale jejich využití probíhá v rámci aktivit a služeb nabízených centrem. Tím se vytváří propojení mezi veřejným a soukromým sektorem a zároveň se rozšiřuje spektrum financovatelných aktivit.

Shrnuto, respondenti se shodují na nutnosti promyšlené a vícezdrojové finanční strategie, která by kombinovala přímé platby klientů s granty, dotacemi a partnerstvími – a to ideálně s podporou odborníků na strategické financování.

4.5.3 Cenotvorba a principy nastavení ceny služeb

Otázka č. 3: Jaká kritéria zohledňujete při nastavování cen vašich služeb?

Téma cenotvorby bylo ve výpovědi **Respondenta č. 2** uchopeno v širším kontextu jak zdravotních, tak sociálních služeb, přičemž klíčové je respektování legislativních limitů a zároveň potřeba pokrytí reálných nákladů kvalitní služby.

V oblasti zdravotnických služeb, konkrétně fyzioterapie, respondent popisuje systém přímého vykazování výkonů na základě poukazu od lékaře, kde musí být jasně specifikováno, jaké postižení klient má a jaký druh terapie má být poskytnut. Klíčovým prvkem je precizní evidence a plnění požadavků pojišťoven – v takovém případě je péče hrazena v plné výši a klient neplatí nic.

U sociálních služeb je situace jiná – zde je cena pevně stanovena vyhláškou č. 505/2006 Sb., která určuje maximální možné úhrady ze strany klienta. Jak respondent podotýká, skutečné náklady na jednu hodinu odborné péče však tuto částku často převyšují. Právě proto organizace čerpá dotace, které rozdíl mezi náklady a platbami klientů vyrovnávají.

Zároveň však klade důraz na to, že cena služby by neměla být chápána pouze jako číslo – rozhodujícím faktorem je kvalita poskytovaných služeb a celkový dojem klienta. Kvalitní

personál, pozitivní atmosféra, čistota a vstřícnost jsou faktory, které mohou ospravedlnit i vyšší cenu. Jak sám uvádí: *„Úsměv je víc než léky. Když se klient cítí vítaný, vrací se.“*

Na základě svých dlouholetých podnikatelských zkušeností doporučuje nevycházet z nízké cenové hladiny s tím, že se cena bude zvyšovat časem – ale nastavit rovnou cenu odpovídající kvalitě. Pokud bude služba poskytována profesionálně, s lidským přístupem a skutečnou přidanou hodnotou, lidé budou ochotni si připlatit. Podle něj existuje významná skupina klientů s hendikepem, kteří jsou ochotni investovat do kvality, pokud za své peníze dostanou skutečně profesionální péči.

4.5.4 Pojištění

Otázka č. 4: Mohl byste se podělit o to jaké pojištění máte pro pokrytí rizik spojených s provozem vaší organizace a pořádáním rekreačně – sportovních aktivit?

V rámci úvah o dlouhodobé a ekonomicky udržitelné správě sportovně-rehabilitačního centra upozorňuje **respondent č. 6** na důležitost pečlivého nastavení systému pojištění. Pojištění by podle něj mělo být nedílnou součástí finančního plánování a mělo by pokrývat jak samotnou činnost organizace, tak jednotlivé klienty účastnící se aktivit – zejména sportovních, rekreačních a outdoorových.

Zároveň však zmiňuje, že sjednání pojištění, které by komplexně pokrylo všechna potenciální rizika, je v praxi velmi náročné – buď z důvodu množství výluk, nebo kvůli vysokým nákladům na pojistné. Tyto výdaje je proto potřeba předem zahrnout do rozpočtu a počítat s tím, že jde o fixní náklad, který sice nevytváří přímý zisk, ale výrazně přispívá k prevenci finančních ztrát v případě nehod, újmy na zdraví nebo jiných událostí.

Strategicky nastavené pojištění tak může posílit celkovou důvěryhodnost zařízení vůči klientům i partnerům a současně chránit ekonomickou stabilitu centra. I z tohoto důvodu je vhodné věnovat se této oblasti již v počátečních fázích plánování a ideálně využít konzultací se specialisty, kteří pomohou s výběrem vhodných produktů, přizpůsobených specifikům provozu zařízení zaměřeného na osoby se zdravotním postižením.

4.6 Dispozice centra

Tato podkapitola shrnuje poznatky respondentů týkající se prostorového a funkčního uspořádání centra KARA. Odpovědi byly analyzovány z pohledu interiérového i exteriérového řešení, vybavení pro rehabilitaci a sport, pomůcek pro každodenní fungování a celkového uživatelského komfortu. Na základě tematické analýzy byla kapitola rozdělena do několika oblastí: wellness a rekreační zázemí, design interiéru, skutečná bezbariérovost, rehabilitační

a sportovní pomůcky, exteriérové vybavení, technické zázemí a služby pro rodiny. Výstupy reflektují jak profesní zkušenosti respondentů, tak jejich konkrétní návrhy a doporučení pro provozní praxi.

Otázka č. 1: Jaké specifické vybavení nebo dispozice byste ocenil/a z hlediska interiéru v centru KARA?

Otázka č. 2: Jaké specifické vybavení nebo dispozice byste ocenil/a v okolí/exteriéru centra KARA?

Otázka č. 3: Jaké pomůcky a zařízení by podle vás neměly v centru chybět pro zajištění kvalitní rehabilitace?

Otázka č. 4: Jaké konkrétní prvky by podle vás měly být zahrnuty do vybavení pokojů?

Prostorové a funkční uspořádání centra KARA hraje klíčovou roli v tom, jak bude centrum vnímáno svými návštěvníky – jak z řad osob se specifickými potřebami, tak ze strany jejich rodin, odborného personálu a případných partnerů. Odpovědi respondentů na otázky týkající se dispozic, vybavení a funkčního zázemí centra odhalují, že úspěšnost a atraktivita zařízení nespočívá pouze ve splnění základních standardů bezbariérovosti, ale především v propojení funkčnosti, komfortu a zážitkové hodnoty prostředí.

Respondenti se shodují, že centrum by mělo nabízet vyváženou kombinaci odborného rehabilitačního zázemí, kvalitního ubytování, flexibilních interiérových řešení a atraktivního exteriéru. Upozorňují rovněž na potřebu skutečné bezbariérovosti, která se netýká jen fyzických bariér, ale také uživatelské přívětivosti prostoru. Důraz je kladen na široké spektrum rehabilitačních a sportovních pomůcek, vhodné vybavení pokojů, dostupnost wellness služeb i přirozené zapojení přírody a odpočinkových zón v okolí centra.

V souladu s výpověďmi respondentů je tato kapitola strukturována do několika tematických podkapitol, které odrážejí jejich praktické zkušenosti a konkrétní doporučení.

4.6.1 Wellness a rekreační zázemí

Dle výpovědí **Respondenta č. 2** a **Respondenta č. 7** by mělo centrum disponovat atraktivním wellness vybavením. Patří sem především bazén s možností přístupu pro osoby s postižením**,** vířivka**,** sauna či další relaxační služby. Tyto prvky jsou nejen oblíbené mezi klienty, ale zároveň podporují zážitkový charakter pobytu, který se od moderních zařízení očekává. Kvalita a design těchto prostor mají zásadní vliv na atraktivitu zařízení – lidé podle respondentů dnes očekávají vysoký standard, moderní vybavení a komfortní prostředí. Pokud bude wellness část dostatečně kvalitní, klienti jsou ochotni za služby zaplatit.

4.6.2 Design interiéru a vybavení pokojů

Více respondentů (zejména **Respondenti č. 3, 4, 5 a 7**) se shoduje na tom, že ubytovací prostory musí být prostorné, bezbariérové a variabilní. Důraz je kladen na možnost transformace prostoru – tedy přizpůsobení pokojů klientům s různým stupněm mobility i běžným hostům. Klíčovými prvky jsou například polohovatelné postele, dostatek místa pro pohyb na vozíku, bezbariérové koupelny přímo na pokoji, a pokud možno i dálkově ovládaná okna. Vhodné je také uvažovat nad možností nabídnout některé pokoje s vanou, jiné se sprchovým koutem, aby bylo vyhověno individuálním potřebám. **Respondent č. 7** zároveň připomíná, že interiér by neměl působit jako výhradně „speciální" prostor pro lidi se zdravotním znevýhodněním, ale měl by být inkluzivní a esteticky příjemný i pro běžné hosty.

4.6.3 Bezbariérovost a funkčnost prostor

Respondenti **č. 4, 5, 6 a 7** kladou důraz na to, aby bezbariérovost nebyla pouze formální, ale skutečně funkční. Například alternativní řešení při poruše výtahu, dostatek parkovacích míst, plynulý a rovný terén, nebo spolehlivý přístup do všech částí budovy byly zmíněny jako klíčové aspekty. **Respondent č. 6** zdůrazňuje nutnost dostupnosti aktivit i bez složitých přesunů. Bezpečnostní prvky jako nezabraná parkovací místa, nezarovnané chodníky či zimní údržba přístupových cest by měly být samozřejmostí. Cílem je zajistit, aby se klienti mohli po areálu samostatně a bezpečně pohybovat bez nutnosti doprovodu.

4.6.4 Fyzioterapeutické a rehabilitační pomůcky

Kvalitní rehabilitační vybavení označili za klíčové především **Respondenti č. 4, 5 a 7**. Mezi nezbytné pomůcky patří například Redcord, široké Vojtovo lehátko, bradla, ribstoly, zvedáky na přesuny, výškově nastavitelné lehátko, nebo posilovna uzpůsobená pro vozíčkáře. Tyto pomůcky podporují jak individuální rehabilitaci, tak skupinové cvičení. Důležitá je také možnost využití těchto zařízení i klienty s vyššími nároky na asistenci nebo stabilitu. Uvedené pomůcky by měly být dostupné nejen v rámci fyzioterapeutických místností, ale také přiměřeně rozmístěné i v dalších částech centra podle charakteru nabízených aktivit.

4.6.5 Pomůcky pro APA a herní aktivity

Z výpovědí **Respondenta č. 4 a 7** vyplývá potřeba mít k dispozici široké spektrum pomůcek pro aplikované pohybové aktivity (APA) a herní programy – např. boccia, pétanque, mölkky,

šipky, kuželky nebo Bollo ball. Tyto aktivity jsou univerzálně použitelné a oblíbené napříč věkovými kategoriemi a úrovní postižení. Transformovatelné prostory, které lze přizpůsobit různým typům aktivit (herna, cvičebna, ambulance), jsou výhodou a přispívají ke komplexnímu pojetí programové nabídky.

4.6.6 Exteriér – relaxace a mobilita

Příjemné a funkční venkovní prostředí bylo opakovaně zmíněno (zejména **Respondenty č. 3, 4, 5, 6**). Lidé vnímají exteriér jako součást celkového zážitku z pobytu – důležitá je zeleň, klid, vodní prvky, místa pro odpočinek i prostor pro aktivní trávení času. Zazněla doporučení zahrnout dětská hřiště, Kneippovy chodníky, místa pro procházky, kavárnu nebo zdravé bistro. Zásadní je, aby tyto prostory byly bezbariérově přístupné, včetně kvalitního povrchu cest a minimálních výškových rozdílů.

4.6.7 Zázemí pro sportovní a technické vybavení

Respondenti č. 6 a 7 akcentují potřebu technického zázemí – např. dílny, lyžárny, kolárny, kde bude možné skladovat, opravovat a připravovat sportovní a rehabilitační pomůcky (handbiky, vozíky, lyže aj.). Bez takového prostoru není možné kvalitně provozovat sportovní program. Klíčové je, aby tyto prostory byly snadno přístupné a funkčně propojené s ostatními částmi centra (např. přímý výjezd z budovy na sportoviště).

4.6.8 Stravování a služby pro rodiny s dětmi

Na potřebu kvalitního gastronomického zázemí upozornili **Respondenti č. 2 a 4** – zdravé, pestré jídlo a možnost stravování i pro děti by měly být součástí celkové nabídky. Rodiny s dětmi ocení přítomnost dětských heren, hřišť, animačních programů a možnost využít službu hlídání dětí, která rodičům umožní věnovat se například sportovní nebo rehabilitační aktivitě.

4.7 Sociální rehabilitace

Tato podkapitola shrnuje výpovědi respondentů týkající se obsahu a formy rehabilitačních a rekreačně – sportovních aktivit, které by mohly být realizovány v rámci centra KARA. Reflektuje doporučení k využití aplikovaných pohybových aktivit, formátům pobytových programů, zapojení registrovaných sociálních a zdravotnických služeb, jakož i praktickým aspektům organizace a zajištění bezpečnosti. Na základě tematické analýzy byla podkapitola rozdělena do několika oblastí: aplikované pohybové aktivity a outdoorové programy, doporučení pro podobu

rehabilitačních programů, modely rehabilitačních pobytů, Individuální a skupinová rehabilitace, zapojení sociálních služeb, zapojení zdravotnických služeb – fyzioterapie, doporučení a atraktivita volnočasových a pohybových aktivit, způsoby evidence a práce s individuálními potřebami klientů, bezpečnost klientů při aktivitách, překážky při organizaci rekreačně sportovních aktivit.

4.7.1 Aplikované pohybové aktivity a outdoorové programy

Otázka č. 1: Vnímáte aplikované pohybové aktivity a outdoorové rehabilitační programy jako přínosné pro klienty se specifickými potřebami? Jaké hlavní benefity v těchto programech vidíte a na co je podle vás nutné si dát při jejich realizaci pozor?

Otázka č. 2: Realizujete ve vašem centru nějaké aktivity spojené s aplikovanými pohybovými aktivitami nebo outdoorovou rehabilitací, například formou rekondičních pobytů?

Z odpovědí **respondentů č. 2, 4 a 5** jednoznačně vyplývá, že aplikované pohybové aktivity (APA) a outdoorové rehabilitační programy představují důležitou a smysluplnou součást služeb pro osoby se specifickými potřebami. Všichni respondenti se shodli, že tyto aktivity mají nejen zdravotní, ale i výrazný psychologický a sociální přínos.

Respondent č. 4 popisuje, že se outdoorovým programům věnovali pravidelně – jako příklad uvádí trailový závod, štafetové plavání („La Manche“), florbalový turnaj, nebo desetiboj, který kombinoval vnitřní i venkovní aktivity. Tyto programy byly podle jejích slov vždy navrhovány tak, aby se jich mohli účastnit všichni bez ohledu na věk či typ postižení. Právě jejich otevřenost a různorodost vedla k tomu, že se klienti do aktivit vraceli opakovaně – i po skončení hospitalizace. Respondentka zároveň upozorňuje, že účast na těchto programech měla význam i pro budování přirozené komunity mezi bývalými pacienty a posilování sociálních vazeb.

Význam těchto aktivit potvrzuje i **respondent č. 2**, který uvádí, že v rámci jejich organizace pravidelně realizují rekondiční pobyty, jež kombinují fyzioterapii, asistenci a doprovodný program. Podle něj jde nejen o zlepšení fyzické kondice, ale také o prostor pro odpočinek pečujících osob, výměnu zkušeností mezi klienty a celkové posílení autonomie jednotlivců. Význam komunitního prvku potvrzuje i fakt, že se pobytů často účastní celé rodiny a mezi klienty vznikají neformální podpůrné vztahy.

Z výpovědi **respondentky č. 5** vyplývá, že programy jsou často rozděleny na dva typy – pobyty více rehabilitačního charakteru, s denní fyzioterapií a ergoterapií, a akčně poznávací pobyty, které jsou zaměřeny na výlety, hry a rozvoj soběstačnosti. Také ona zmiňuje potřebu dostatečné kapacity bezbariérových pokojů a vhodného zázemí pro pobyty nejen jednotlivců,

ale i jejich rodin. Vedle plavání, boccii či pěti-boje pak uvádí i tzv. olympijské dny, které probíhají formou jednorázových akcí a jsou atraktivní i pro klienty s vyšší mírou postižení.

Respondenti se také vyjadřovali k přínosům a možným rizikům těchto programů. Za zásadní benefit označují motivaci k aktivnímu způsobu života, propojení zkušenějších klientů s nováčky, podporu psychické pohody a přirozené začlenění do komunity. Důležitým aspektem je vhodné prostředí, bezpečnost aktivit, a také flexibilita v jejich provedení. **Respondentka č. 4** upozorňuje, že lidé po úraze nebo s nově vzniklým hendikepem často zažívají nejistotu a ztrátu orientace v novém životním režimu – právě APA programy jim mohou nabídnout novou perspektivu a impuls k návratu do aktivního života.

4.7.2 Doporučení pro podobu rehabilitačních programů

Otázka č. 3: Máte doporučení pro nějaké rehabilitační programy, které by mohly být realizovány v centru KARA?

Podoba rehabilitačního programu v centru KARA by měla podle respondentů být víceúrovňová a flexibilní. **Respondenti č. 4 a 5** doporučují kombinovat fyzioterapii, ergoterapii a trénink soběstačnosti pod vedením jak odborníků, tak zkušených vozíčkářů. Tyto činnosti by měly být doplněny o rekreační a kulturní program, který nabídne alternativu klientům, kteří nepreferují pohybové aktivity. Zároveň je kladen důraz na potřebu bezbariérových pokojů – jejich nedostatek často limituje kapacitu zařízení pro pobyty celých rodin.

4.7.3 Modely rehabilitačních pobytů

Otázka č. 4: Jaký model rehabilitačního programu by podle vás mohl nejlépe vyhovovat klientům centra KARA? Mohlo by jít o – krátkodobé pobyty (1–2 týdny), dlouhodobé pobyty (3–4 týdny), víkendové pobyty nebo vám napadá jiné schéma?

Názory respondentů na optimální délku pobytu se shodují v tom, že víkendové pobyty mají smysl zejména pro účely seznámení se s prostředím nebo jako forma sociálně-rehabilitačního pobytu. Takový přístup navrhuje především **respondent č. 7**, který zdůrazňuje důležitost prvního kontaktu klienta s prostředím, aktivitami a týmem centra. Pro dosažení skutečně terapeutického efektu však víkend podle většiny respondentů nestačí.

Respondentka č. 4 upozorňuje, že v oblasti fyzioterapie je zapotřebí delší čas na práci s klientem, a proto považuje za vhodnější pobyty v délce tří až čtyř týdnů. Podobný názor vyjadřuje i **respondentka č. 5**, která však zároveň upozorňuje, že pokud si klienti budou hradit pobyt sami, je právě týdenní forma nejreálnějším kompromisem. Víkend je dle jejích zkušeností příliš krátký na adaptaci, zatímco delší pobyty si mnozí samoplátci nemohou finančně dovolit.

Dlouhodobější pobyty v délce tří až čtyř týdnů označují **respondentky č. 4 a č. 5** jako velmi efektivní, zejména pokud by byly financovány z veřejných zdrojů – například formou dotací nebo prostřednictvím zdravotních pojišťoven. Tyto pobyty umožňují komplexnější intervenci, hlubší individuální přístup a trvalejší dopad na zdravotní stav i celkovou životní pohodu klienta.

Respondent č. 7 dále doporučuje začít provoz centra s kratšími formáty – tedy víkendovými a týdenními pobyty – a teprve na základě zájmu klientů a ekonomické udržitelnosti postupně rozšiřovat nabídku o delší terapeutické programy.

4.7.4 Individuální a skupinová rehabilitace

Otázka č. 5: Myslíte si, že by pro centrum KARA byly vhodnější spíše individuální rehabilitace, nebo skupinové? Jaké přínosy a případná rizika vnímáte u obou forem?

V otázce podoby rehabilitační práce se respondenti shodují, že fyzioterapie by měla být poskytována individuálně, protože každý klient má odlišné potřeby a individuální vedení umožňuje cílenější práci. **Respondentky č. 4 a 5** upozorňují na to, že pokud se klienti často střídají, je obtížné navázat na předešlou terapii a plnohodnotně využít čas pro samotnou rehabilitaci. Naopak u rekreačních a sportovních aktivit se preferuje skupinová forma, která podporuje motivaci, sdílení a zapojení do kolektivu. Při skupinových aktivitách je však nezbytné zohlednit složení skupiny, aby každý účastník měl roli, kterou je schopen zvládnout, a cítil se zapojený.

4.7.5 Zapojení sociálních služeb

Otázka č. 6: Dokážete si představit, že by v centru KARA byly zapojeny konkrétní registrované sociální služby, jako například: Sociální rehabilitace, osobní asistence, poradenské služby, odlehčovací služby, aktivizační služby, psychologické poradenství a terapie. Jaké přínosy nebo rizika v jejich zavedení vidíte?

Otázka možného začlenění registrovaných sociálních služeb do provozu centra KARA byla vnímána respondenty jako potenciálně přínosná, avšak zároveň značně komplikovaná z hlediska legislativy, provozu i ekonomické udržitelnosti.

Respondent č. 2 upozorňuje na složitost registrace a integrace sociálních služeb především z pohledu provozního nastavení a prostorových požadavků. Jako klíčový problém vnímá nutnost dispozičního oddělení prostor pro hotelové hosty a klienty sociálních služeb. Za zásadní označuje také nedostatek garance zařazení do krajské sítě poskytovatelů, i v případě, že by služba byla oficiálně zaregistrována. Bez tohoto zařazení by totiž centrum nemohlo čerpat

veřejné finance a muselo by služby účtovat v plné výši, což by výrazně znevýhodnilo klienty oproti již zavedeným organizacím.

Podobně i **respondent č. 6** považuje vstup do systému registrovaných sociálních služeb za legislativně i organizačně náročný proces, a proto doporučuje nejprve spolupracovat se zkušenými organizacemi a konzultovat návrh s odborníky, například z Ministerstva práce a sociálních věcí.

Respondent č. 7 vidí potenciál v sociálních službách především ve střednědobém horizontu. Zpočátku by doporučoval pracovat s neregistrovanými formami podpory a teprve postupně – v případě zjištěné poptávky a vhodných podmínek – přistoupit k oficiální registraci například odlehčovacích služeb nebo sociální rehabilitace. Upozorňuje však, že v takovém případě by bylo nezbytné zřídit pozici koordinátora sociálních služeb, který by zajistil odbornou garanci, správu dokumentace a plnění zákonných požadavků.

Z výpovědí všech respondentů vyplývá, že zapojení registrovaných sociálních služeb může být do budoucna obohacením provozu centra, ale musí být důkladně promyšleno z hlediska dispozic, personálu, legislativy i financí. Bez systémové podpory by jejich komerční realizace byla riziková a pravděpodobně dlouhodobě neudržitelná.

4.7.6 Zapojení zdravotnických služeb – fyzioterapie

Otázka č. 7: Jak vnímáte potenciální zapojení zdravotnických služeb, jako je například fyzioterapie, do centra KARA? Myslíte si, že by to bylo přínosné? Jaké konkrétní přínosy nebo rizika v této službě pro centrum vidíte?

Oproti sociálním službám je zapojení zdravotnických služeb, konkrétně fyzioterapie, vnímáno všemi respondenty jednoznačně pozitivně. **Respondent č. 2** považuje nabídku fyzioterapie za logické rozšíření služeb centra, a to i v komerční formě. Podle něj není rozdíl mezi poskytováním fyzioterapie v rehabilitačním zařízení a v hotelu, pokud je odborně vedená a zaměřená na cílovou skupinu.

Respondent č. 6 se s tímto názorem ztotožňuje a doplňuje, že fyzioterapie by měla být nedílnou součástí komplexního rehabilitačního programu centra, nikoliv jen doplňkovou aktivitou. Upozorňuje na její přímý přínos nejen pro zdravotní stav klientů, ale i pro celkový koncept aktivního pobytu.

Respondent č. 7 navrhuje postupný model zavádění fyzioterapie. V úvodní fázi by šlo o čistě komerční službu poskytovanou samostatně působícím fyzioterapeutem, který by si v centru KARA pronajal ordinaci a poskytoval služby za úhradu klientem. Tento model by umožnil vyhodnotit poptávku a postupně přejít ke stabilnější formě spolupráce, případně

i k nabídce péče hrazené z veřejného zdravotního pojištění. Zároveň otevírá možnost rozšířit portfolio služeb i o další odborníky, například maséry se zdravotním handicapem, čímž by centrum posílilo svou inkluzivní identitu.

4.7.7 Doporučení a atraktivita volnočasových a pohybových aktivit

Otázka č. 8: Domníváte se, že by nabídku centra KARA bylo možné vhodně rozšířit o další specifické volnočasové a sportovní aktivity – nad rámec navržených letních programů (cyklistika, golf, plavání/aquaterapie, vodní turistika/kajakování, lezecké a lanové aktivity, turistika, rybaření) a zimních programů (běžecké lyžování, sjezdové lyžování, snowboarding, sněžnice, bruslení, parahokej, skialpinismus, curling)? Pokud ano, jaké další aktivity by podle Vás mohly být pro cílovou skupinu atraktivní, přínosné a zároveň realisticky proveditelné v rámci konceptu centra?

Nabídka atraktivních volnočasových a pohybových aktivit se jeví jako klíčový faktor pro zájem klientů o pobyt v centru KARA. Všichni oslovení respondenti se shodují na tom, že rozmanitost nabídky aktivit zvyšuje atraktivitu centra a umožňuje oslovit širší cílovou skupinu – ať už se jedná o osoby se zdravotním postižením, jejich rodiny nebo i klienty bez postižení.

Respondenti č. 2, č. 3 a č. 4 označili za nejpřitažlivější především cyklistiku a plavání, které umožňují aktivní pohyb širokému spektru klientů včetně vozíčkářů. Plavání je obzvlášť přínosné, protože osobám s omezenou mobilitou poskytuje pocit volnosti a jiného pohybového režimu. Zimní variantou tohoto principu je podle **respondenta č. 3** curling nebo parahokej – aktivity, které spojují sportovní prvek s inkluzivní přístupností.

Za zásadní považuje **respondent č. 6** potřebu definovat hlavní aktivity centra, v nichž bude mít největší odbornost a kvalitní zázemí. Z jeho pohledu je důležité zvolit si několik stěžejních aktivit, na kterých bude postaven know-how organizace – například cyklistika, lyžování, turistika. Paddleboarding navrhuje jako další možnou aktivitu.

Respondent č. 4 zdůrazňuje význam pestrosti nabídky – jednotlivé aktivity totiž mohou být pro klienty hlavním impulsem k návštěvě. Vedle tradičních sportů jako běžkování nebo lanové aktivity uvádí jako důležité i rekreační možnosti – například rybaření, které může oslovit zejména starší klienty hledající klidnější formy pohybu. Tento prvek zmiňuje i **respondent č. 3**, který navíc upozorňuje, že aktivity by měly být realizovatelné přímo z místa pobytu – časté a dlouhé přesuny klienty odrazují.

Podle **respondenta č. 5** by do nabídky mohly být zařazeny také alternativní sportovní aktivity, jako je lukostřelba, střelba ze vzduchovky nebo jízda na koni. Upozorňuje na jejich

oblíbenost při rekondičních pobytech a doporučuje jejich zařazení například ve formě soutěžního dne.

Zajímavý rozměr do diskuze přináší **respondent č. 7**, který navrhuje rozšíření aktivit o motorické formy pohybu – například jízdu na speciálně upravených čtyřkolkách. Tyto aktivity vnímá jako vhodné pro rozšíření spektra nabízených služeb, zejména pro klienty, kteří hledají nový zážitek nebo adrenalin. Vedle toho navrhuje rozvoj indoorových aktivit, jako je boccia, která je vhodná pro všechny věkové i výkonnostní skupiny. Doporučuje také možnost rozšíření areálu o samostatnou tělocvičnu, která by umožnila realizaci sportovních programů i v nepříznivém počasí.

Všichni respondenti se shodují, že klíčem k atraktivitě programu je nejen samotná pestrost aktivit, ale i jejich dostupnost, přizpůsobení různým stupňům postižení a věkovým kategoriím. Zároveň zdůrazňují potřebu spolupráce s odborníky – například s parasportovními centry, školami nebo paralympijským výborem, jak navrhuje **respondent č. 2.** Právě tato síť spolupráce by mohla přinést kvalitní know-how a zajistit programovou i personální odbornost centra.

4.7.8 Způsoby evidence a práce s individuálními potřebami klientů

Otázka č. 9: Jakým způsobem ve vaší organizaci/centru zaznamenáváte informace o účastnících vašich aktivit, sledujete jejich pokroky a reagujete na jejich individuální potřeby?

Výpovědi respondentů ukazují různé přístupy ke sdílení informací o klientech a práci s jejich individuálními potřebami, přičemž se odráží rozdílná struktura a zaměření jednotlivých organizací. V institucionálním prostředí rehabilitačního zařízení, kde působila **respondentka č. 4** bylo sdílení informací řešeno převážně formou pravidelných týmových vizit, které se konaly jednou týdně. Těchto setkání se účastnili zástupci jednotlivých profesí, přičemž hlavní roli ve výměně praktických informací o klientech hráli zejména ergoterapeuti a sociální pracovníci. Ti řešili otázky související s kompenzačními pomůckami, legislativou, plánováním návratu klienta do domácího prostředí nebo s jeho sociálním zajištěním. Fyzioterapeuti, i když nebyli součástí všech schůzek, měli přístup k potřebným informacím buď prostřednictvím kolegů, nebo přímo skrze kontakt s klientem.

V organizaci, kde pracuje **respondent č. 6**, která má komunitní a sportovně-rekreační charakter, není práce s klientskými informacemi vedena systematicky v podobě klinických nebo sociálních dokumentací. Místo toho se klade důraz na neformální, ale pravidelnou zpětnou vazbu a dlouhodobé budování vztahu s účastníky aktivit. Tato komunikace probíhá prostřednictvím dotazníků, sociálních sítí, mailingových skupin nebo přímým osobním kontaktem. Cílem je, aby účastníci měli pocit, že jsou součástí širší komunity, a mohli tak

spoluvytvářet atmosféru a program organizace. Tento přístup zároveň umožňuje lépe reagovat na aktuální potřeby jednotlivců a podněcovat jejich další aktivitu a zájem o zapojení.

Oba přístupy ukazují na důležitost sdílení informací v rámci týmu či komunity a zároveň poukazují na rozdílné způsoby, jakými může být péče o klienta kontinuálně rozvíjena – buď skrze mezioborovou týmovou spolupráci, nebo pomocí komunitního dialogu a dlouhodobého vztahu s účastníky.

4.7.9 Bezpečnost klientů při aktivitách

Otázka č. 10: Jaká konkrétní pravidla a standardy používáte pro zajištění bezpečnosti klientů během vašich rekreačních a sportovních aktivit?

Respondent č. 6 zdůrazňuje, že klíčovým faktorem zajištění bezpečnosti klientů je kvalitní, zkušený a důkladně proškolený personál. Velkou roli hraje také technický stav vybavení, který musí být pravidelně kontrolován. Přestože existují stanovené bezpečnostní standardy, jejich dodržení je v praxi často ovlivněno personálními i časovými možnostmi konkrétního týmu.

Důležitým aspektem je rovněž složení skupiny klientů – je zásadní rozlišovat mezi samostatnými a zcela závislými účastníky. Podle zkušeností respondenta je v některých případech vhodnější, aby klient přijel s doprovodem, který přebírá část zodpovědnosti.

Za velký přínos považuje zapojení zdravotnického personálu, jako je například sestra nebo fyzioterapeut. Tito odborníci dokážou včas odhalit potenciální rizika a jejich přítomnost výrazně zvyšuje bezpečnost programu. Podle respondenta je to však často možné pouze v rámci specifických kurzů a není to běžný standard.

4.7.10 Překážky při organizaci rekreačně sportovních aktivit

Otázka č. 11: Jaké konkrétní překážky nebo výzvy nejčastěji řešíte při organizování rekreačních a sportovních aktivit pro vaše klienty?

Při organizaci aktivit a pobytů je podle **Respondenta č. 6** zásadní nejprve vybrat vhodnou lokalitu. Ideální prostředí musí odpovídat potřebám cílové skupiny – například nabídnout mírný svah pro začínající lyžaře nebo bezbariérový přístup. Ubytování je řešeno až jako druhotný faktor, podle možností dané lokality.

Významnými bariérami jsou přetrvávající problémy s nedostatečnou bezbariérovostí a nízkou vstřícností některých provozovatelů areálů. K tomu se přidávají výzvy v oblasti financování a personálního zajištění, které jsou v neziskovém prostředí často limitující. Najít dostatečný počet kvalifikovaných pracovníků nebo dobrovolníků není snadné – zvláště

pokud má být služba poskytována kvalitně a bezpečně. V tomto kontextu respondent upozorňuje na neudržitelnost práce „zadarmo“ a nutnost postupné profesionalizace týmů.

4.7.11 Kapacity skupin a personální zajištění

Otázka č. 12: Jaké jsou pro vás obvyklé kapacity klientů a počet asistentů či instruktorů u různých rekreačně – sportovních aktivit?

Respondent č. 6 popisuje, že se jejich současné programy zaměřují na menší skupiny klientů – typicky čtyři až šest osob. Tento model umožňuje individuálnější přístup a vyšší kvalitu poskytovaných služeb. Dříve byly pořádány i větší akce, ale organizace nyní upřednostňuje menší formát.

Ideální poměr personálu je jeden instruktor na jednoho klienta, což však není vždy reálně dosažitelné. Standardem se tak stává kombinace odborníka s potřebnou kvalifikací a několika pomocníky, kteří zajišťují bezpečnost a organizaci. V případě zážitkových akcí není potřeba vysoká odbornost u všech členů týmu, ale při vzdělávacích kurzech je nezbytné, aby personál měl metodické znalosti a zkušenosti s vedením dané cílové skupiny.

Rozhodujícími faktory při nastavování kapacity programů jsou tedy typ aktivity, specifika cílové skupiny a zaměření programu (zážitkové vs. vzdělávací). Pro efektivní a bezpečný průběh aktivit je však podle respondenta vždy klíčová kvalita týmu.

4.8 Studie proveditelnosti

Cílem této podkapitoly je představit ucelený návrh sportovně-rehabilitačního zařízení centrum KARA, který vychází z teoretických východisek práce, poznatků získaných prostřednictvím kvalitativního výzkumného šetření a odborného úsudku autorky práce. Studie proveditelnosti slouží jako klíčový nástroj pro posouzení reálnosti, efektivity a udržitelnosti plánovaného projektu a zároveň poskytuje zásadní podklad pro budoucí investiční rozhodování o jeho realizaci.

4.9 Představení projektu

centrum KARA je plánované celoročně fungující komerční bezbariérové zařízení, které nabídne ubytování, rehabilitační, pohybové a volnočasové služby nejen osobám se specifickými potřebami, ale také široké veřejnosti – rodinám s dětmi, seniorům a jednotlivcům vyhledávajícím přístupné a klidné prostředí.

Bude umístěno v Rejhoticích (Loučná nad Desnou), s přímou návazností na areál Kareš, v atraktivní oblasti Jeseníků. Centrum bude fungovat jako menší hotel s kapacitou 35 lůžek,

z nichž 15 bude plně bezbariérových, a nabídne kvalitní zázemí v podobě wellness prostoru (bazén, vířivka, sauna), pohybového studia, jídelny/společenské místnosti a potřebného provozního zázemí.

V bezprostředním okolí centra se nachází lyžařská sjezdovka Kareš, bike park, motokáry, multifunkční a dětské hřiště, cyklostezky, turistické trasy i vodní plochy, které mohou být využívány v rámci široké nabídky pohybových aktivit. V létě se hosté mohou těšit na cyklistiku, golf, plavání a aquaterapii, vodní turistiku, kajakování, lezecké a lanové aktivity, lukostřelbu, pěší turistiku a rybaření. V zimní sezóně centrum nabídne běžecké a sjezdové lyžování, snowboarding, výlety na sněžnicích, bruslení, parahokej, skialpinismus a curling.

Součástí dlouhodobé koncepce je namyšlená aktivní spolupráce s místními a regionálními partnery – například s Golf Clubem Rapotín, Lázně Velké Losiny, Ski areálem Kareš, organizací Pro dotyk (hippoterapie), areálem Kouty či sportovním areálem Kociánov. Tyto spolupráce přispějí k rozšíření či dopomoci uskutečnění plánovaných rehabilitačních a pohybových aktivit.

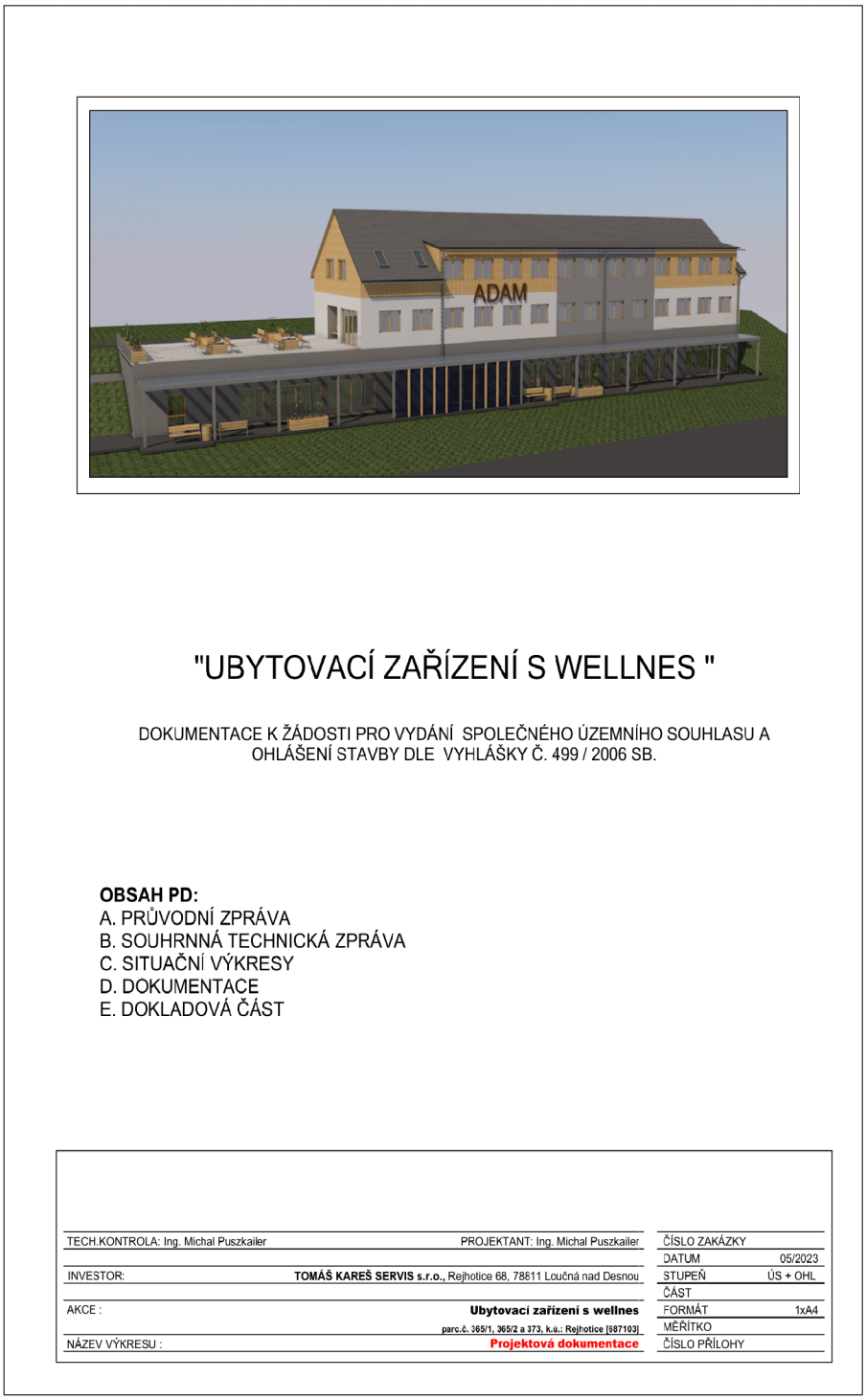
Zásadním partnerem bude Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Spolupráce bude probíhat na několika úrovních – personální, materiální a síťové a mediální.

Zapojení studentů do provozu centra představuje významný přínos pro personální stabilitu i odbornou kvalitu služeb a zároveň podporuje dlouhodobou ekonomickou efektivitu zařízení.

Centrum KARA staví svůj koncept na principech sociální rehabilitace, zdravého životního stylu, aktivního pohybu a inkluze. S důrazem na bezbariérovost, odbornost a mezioborovou spolupráci má ambici stát se unikátním místem pro osoby se specifickými potřebami i odbornou a širokou veřejnost a přispět k rozvoji komunitního a zdravotně-rekreačního turismu v místním regionu a celkově v České republice.

Obrázek 2

Projektová dokumentace



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 3

Vizualizace 1

Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 4

Vizualizace 2

Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 5

Vizualizace 3

Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 6

Vizualizace 4

Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 7

Pohledy

Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

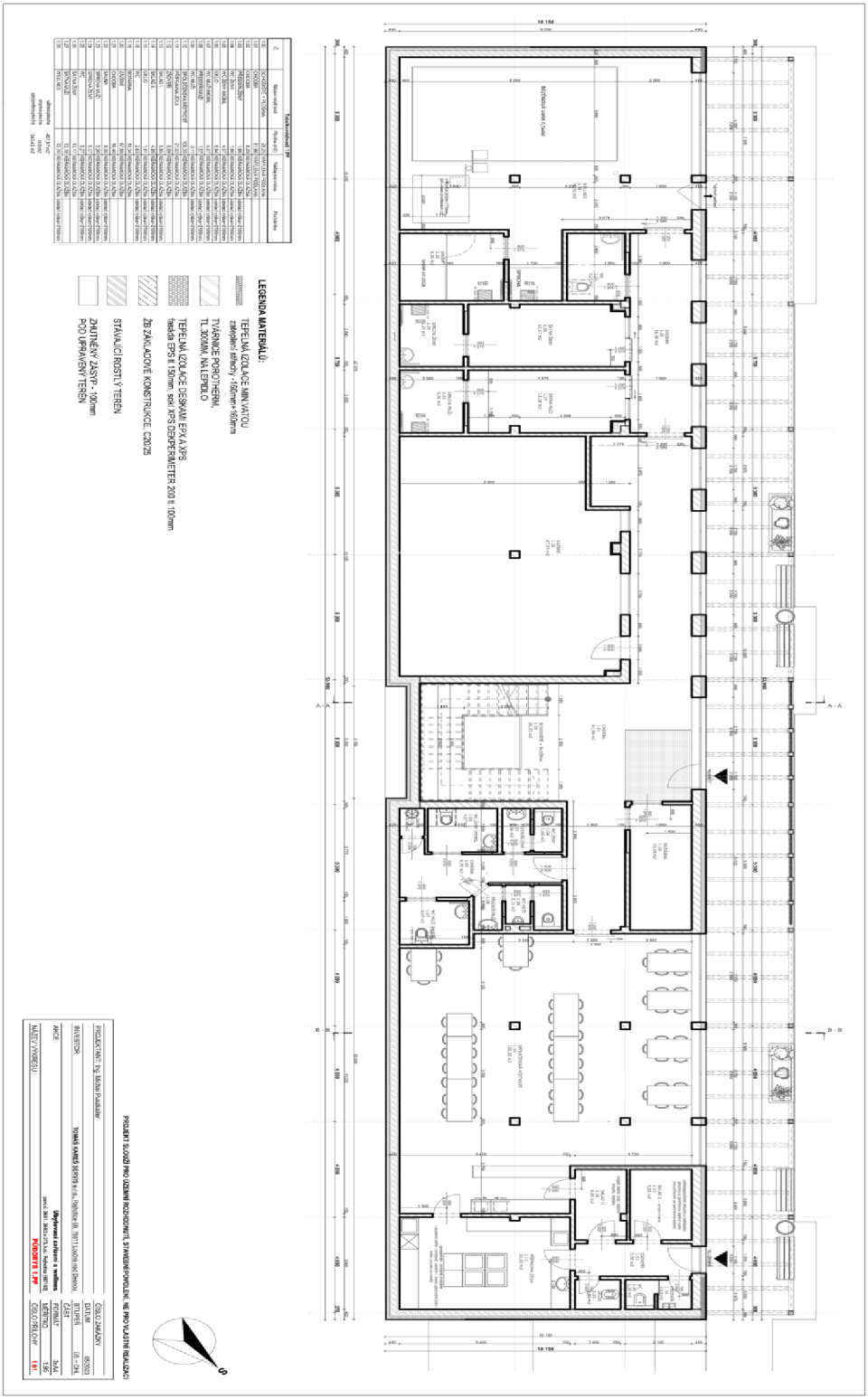
Obrázek 8

Pohledy

Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 9

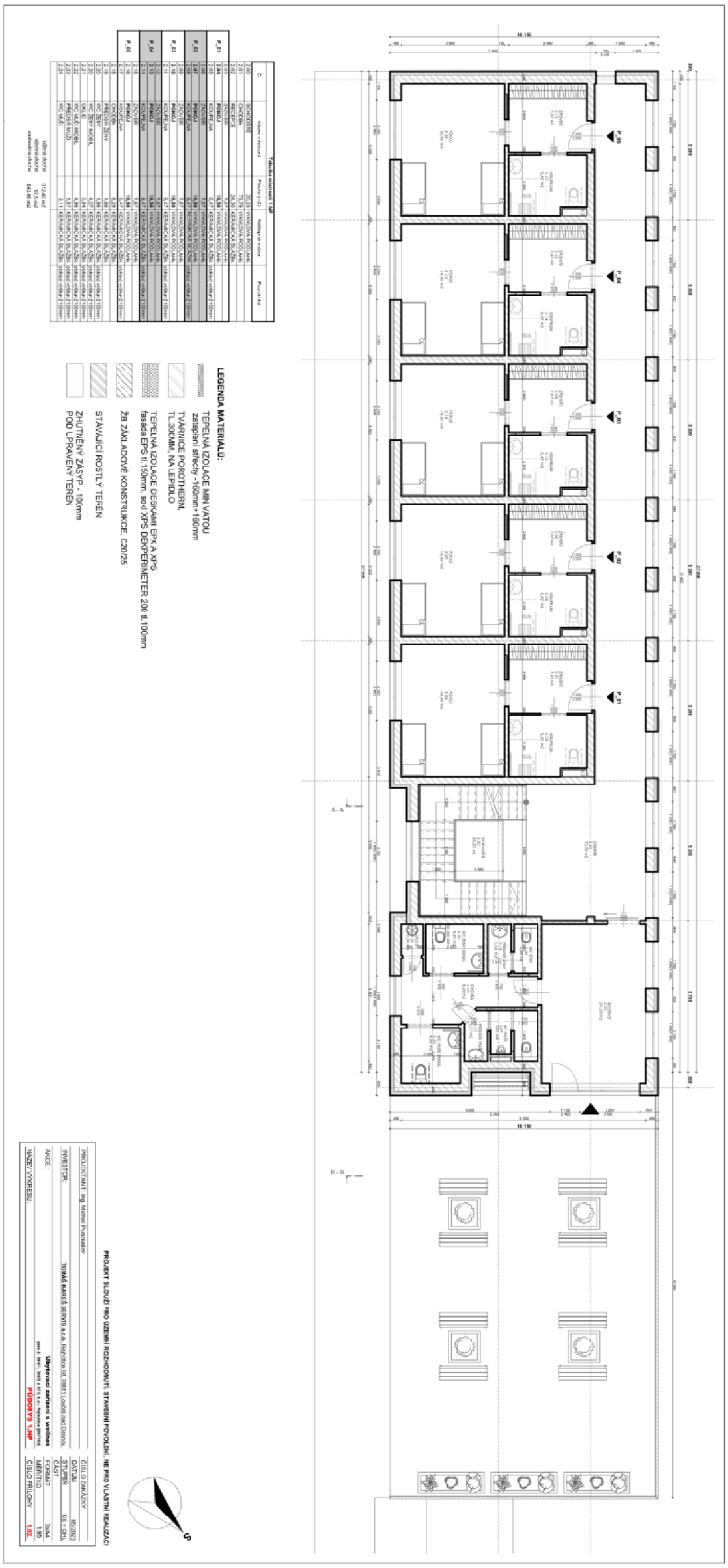
Půdorys 1.PP



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 10.

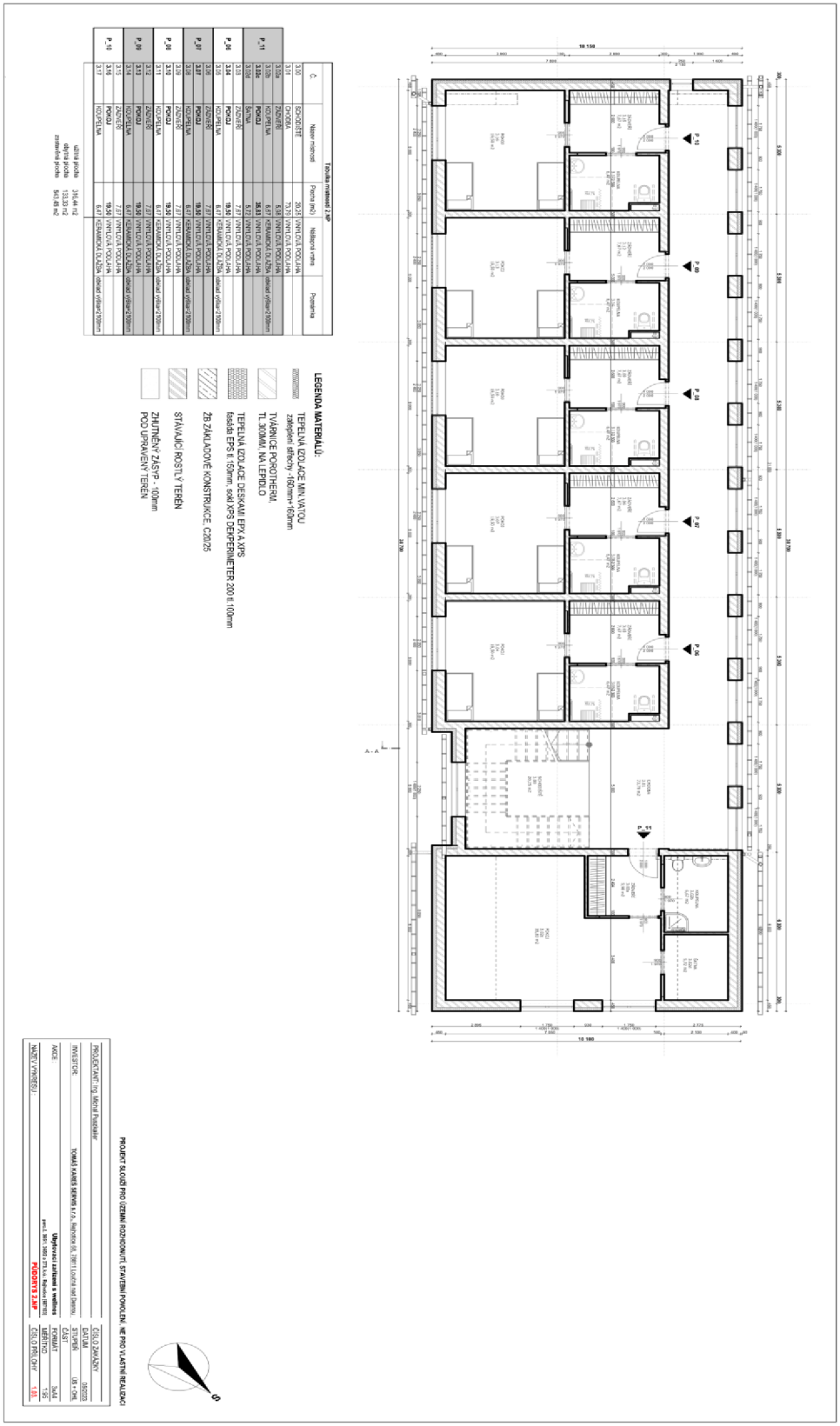
Pohledy NP-1



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 11.

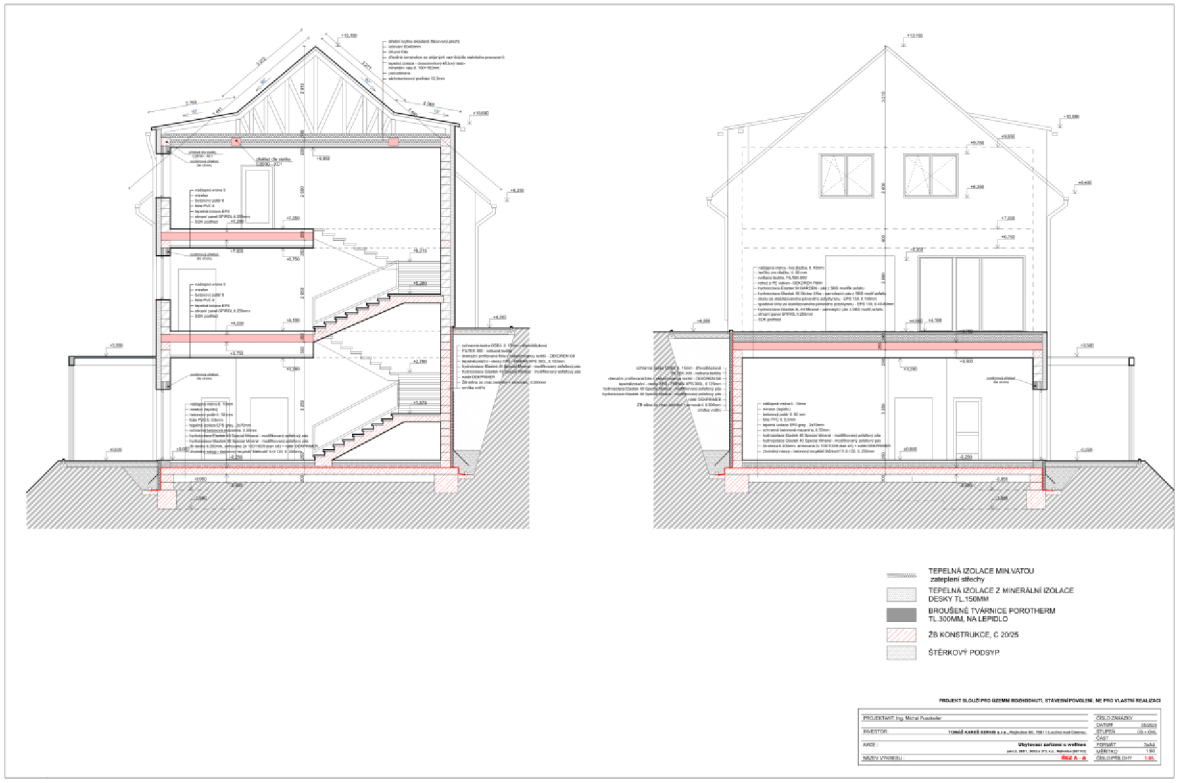
Půdorys 2NP-1



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 12.

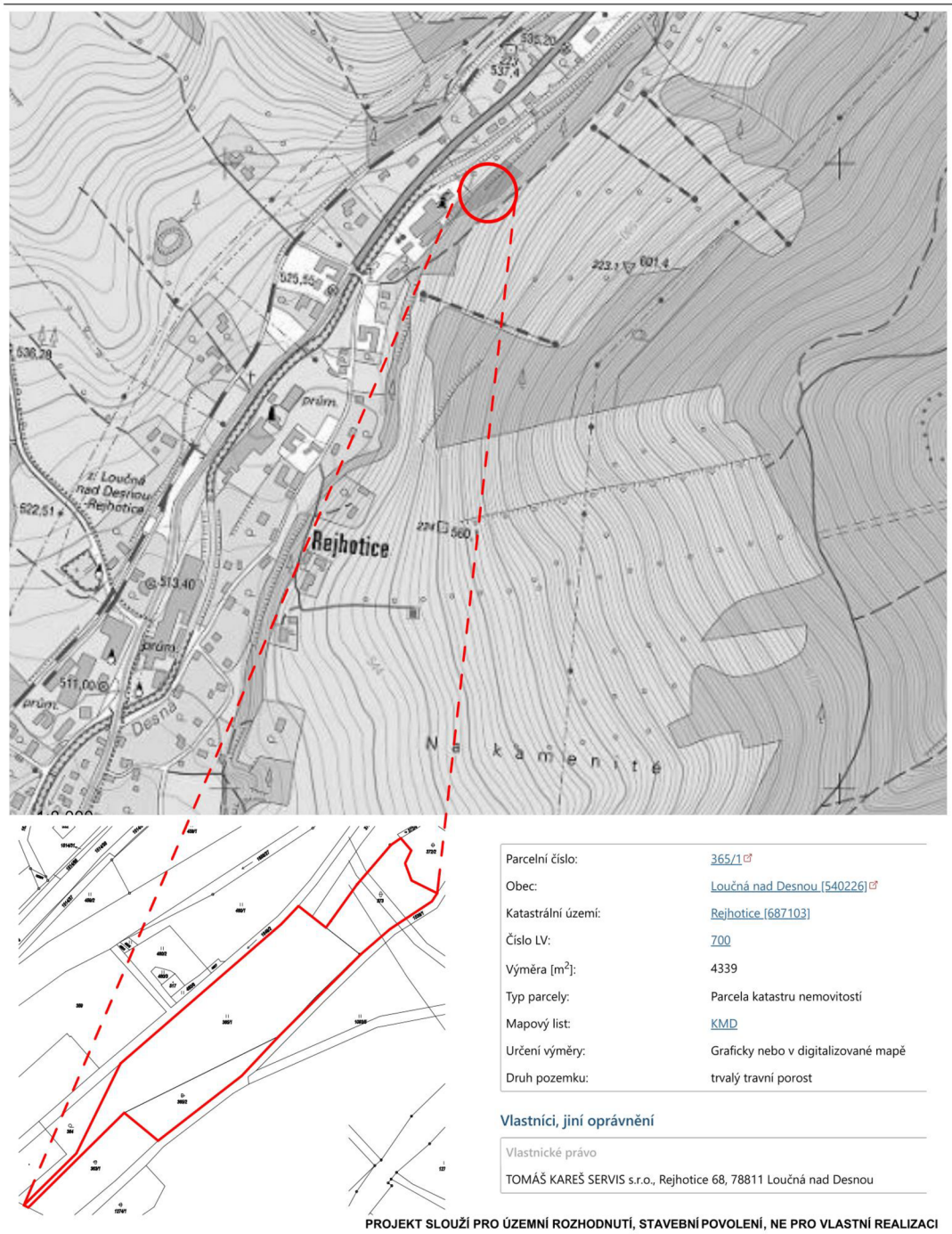
Řez A-A



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 13.

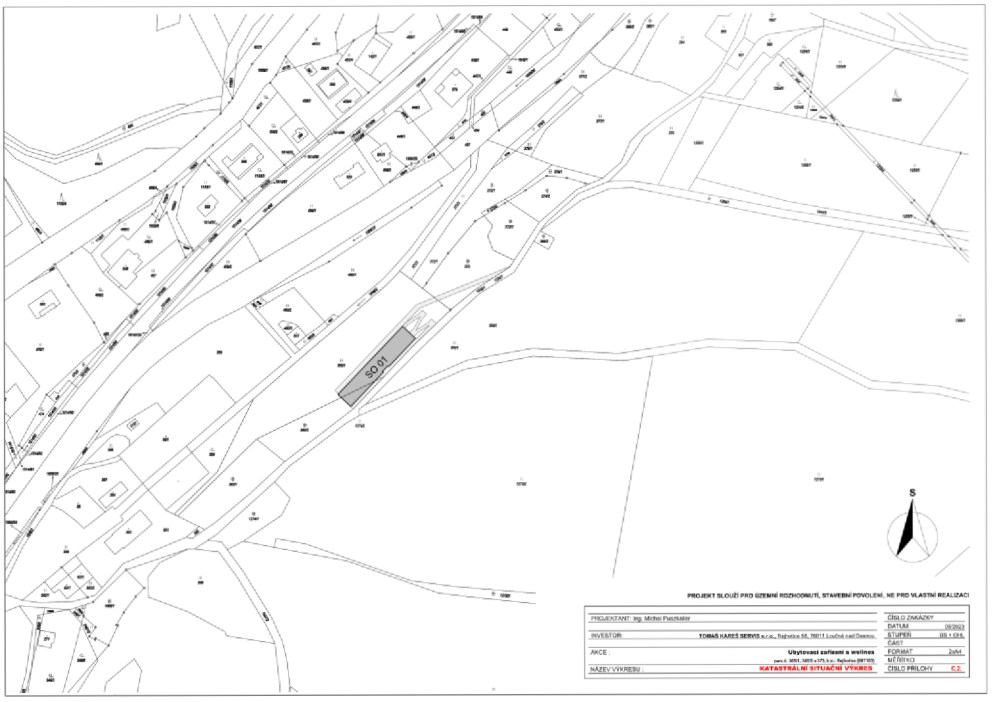
Situační výkres vnitřních vztahů



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 14.

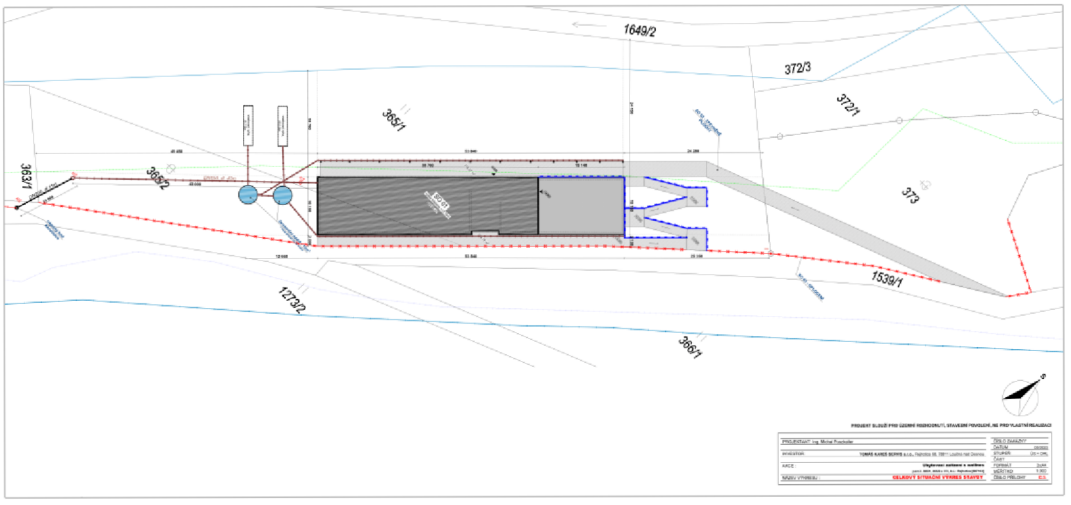
Katastrální situační výkres



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

Obrázek 15.

Celkový situační výkres stavby



Poznámka. Poskytnuto investorem projektu, osobní komunikací (e-mail, 19. února 2024).

4.10 Etapy projektu

Projekt centrum KARA je rozdělen do několika fází, které jsou nezbytné pro jeho úspěšné spuštění a dlouhodobou udržitelnost. Tyto etapy zahrnují plánování, výstavbu a zahájení provozu s důrazem na dostupnost služeb, kvalitní odborné zázemí a stabilní ekonomický model. Realizace projektu proběhne ve třech hlavních fázích – přípravné, investiční a provozní.

4.10.1 Předinvestiční fáze (Přípravná fáze)

Předinvestiční fáze představuje klíčové období, během něhož dochází k formulaci projektového záměru, analýze jeho proveditelnosti a stanovení dlouhodobé strategie. V této etapě se provádí detailní průzkum trhu, jehož cílem je identifikovat aktuální poptávku a definovat konkrétní potřeby cílových skupin klientů. Důležitým nástrojem je SWOT analýza, která umožňuje zhodnotit silné a slabé stránky projektu a identifikovat potenciální příležitosti i rizika, která by mohla ovlivnit jeho úspěšnost.

Neméně podstatnou součástí této fáze je návrh prostorového a funkčního uspořádání centra. Architektonická a provozní řešení jsou navrhována s ohledem na principy univerzálního designu a musí splňovat požadavky na plnou bezbariérovost. Souběžně je zpracovávána analýza legislativního rámce, která zajišťuje soulad projektu se všemi relevantními právními předpisy v oblasti přístupnosti, bezpečnosti a provozních standardů.

V této fázi se rovněž klade důraz na posouzení dlouhodobé udržitelnosti projektu. Hodnocena je nejen ekonomická stránka provozu, ale i environmentální a sociální dopady plánovaného zařízení. Cílem je vytvořit stabilní, odolný a adaptabilní model, který zajistí životaschopnost centra i po vyčerpání počátečních investičních prostředků.

Klíčovým bodem přípravné fáze je zajištění financování. Analyzují se možnosti čerpání dotací z evropských a státních fondů, navazují se strategická partnerství a oslovují se potenciální investoři. Paralelně probíhá zpracování projektové dokumentace, která zahrnuje architektonické návrhy, rozpočtové výkazy a detailní časový harmonogram realizace. Tyto dokumenty tvoří základ pro rozhodovací procesy a následné zahájení investiční fáze.

4.10.2 Investiční fáze (Realizační fáze)

Investiční fáze představuje přechod projektu z teoretické roviny do fáze praktické realizace. V této etapě dochází k zahájení stavebních prací na základě schválené projektové dokumentace. Výstavba centra probíhá s důrazem na kvalitu, efektivitu a důsledné dodržování bezpečnostních předpisů. Vzniká moderní infrastruktura, která respektuje zásady

bezbariérovosti a umožňuje samostatný pohyb a přístup pro osoby s různými typy zdravotního postižení.

Současně s výstavbou probíhá výběr a instalace specializovaného vybavení. Do centra jsou pořizovány rehabilitační, tréninkové, výukové a kompenzační pomůcky, které odpovídají potřebám cílových skupin klientů. Klíčovými kritérii jsou jejich funkčnost, bezpečnost, variabilita využití a snadná obsluha.

Významnou roli v této fázi hraje personální zajištění. Dochází ke specifikaci klíčových pracovních pozic, stanovení kompetenčních profilů a přípravě systému náboru, adaptace a dalšího vzdělávání zaměstnanců. Sestavuje se odborný tým složený z fyzioterapeutů, ergoterapeutů, sociálních pracovníků, instruktorů pohybových aktivit a dalších specialistů. Podpora mezioborové spolupráce a týmové komunikace je vnímána jako základní předpoklad pro kvalitní poskytování služeb.

Před spuštěním plného provozu dochází k testování technických systémů a provozních procesů. Realizují se bezpečnostní audity, ověřuje se funkčnost přístupových, komunikačních a evakuačních systémů a probíhá zkušební provoz vybraných činností. Cílem je včasné odhalení a odstranění případných nedostatků.

Investiční fáze je završena kolaudací objektu a schválením provozu ze strany příslušných orgánů. Paralelně je připravován provozní a organizační řád centra a dochází k proškolení personálu. Tím jsou vytvořeny podmínky pro plynulý přechod do provozní fáze.

4.10.3 Provozní fáze (Fáze udržitelnosti)

Provozní fáze navazuje na úspěšné dokončení výstavby a přípravných aktivit a představuje období, kdy centrum zahajuje svou činnost a přijímá první klienty. V této fázi dochází k praktickému naplňování cílů projektu – tedy k poskytování rehabilitačních, sportovních, vzdělávacích a volnočasových služeb. Na základě zkušeností z prvních měsíců provozu jsou nabízené programy průběžně optimalizovány a přizpůsobovány potřebám jednotlivých uživatelů.

Zásadním úkolem provozní fáze je nastavení stabilního a efektivního provozního modelu. Ten zahrnuje plánování směn, rozdělení kompetencí, koordinaci denního provozu a zajištění bezpečnosti a kvality služeb. Nezbytná je průběžná evaluace výkonu centra – a to prostřednictvím zpětné vazby klientů, dotazníků, rozhovorů a analýzy provozních i ekonomických ukazatelů.

Marketingová a komunikační strategie hraje klíčovou roli v oblasti zviditelnění centra mezi odbornou i laickou veřejností. Je budována skrze digitální kampaně, spolupráci s médii,

organizaci dnů otevřených dveří, účast na odborných akcích a rozvoj partnerství s univerzitami, neziskovými organizacemi a zdravotnickými zařízeními.

Finanční stabilita centra je zajišťována kombinací vícezdrojového financování, které zahrnuje úhrady za služby, veřejné a soukromé dotace, granty i partnerské spolupráce. Důležitým nástrojem je pravidelná kontrola nákladů a flexibilní přizpůsobení cenové politiky.

V oblasti řízení lidských zdrojů je důraz kladen nejen na nábor, ale zejména na udržení kvalifikovaných pracovníků. Realizují se programy dalšího vzdělávání, supervize a podpory týmové spolupráce, které napomáhají profesnímu růstu a snižují riziko vyhoření.

Centrum zároveň plánuje svůj dlouhodobý rozvoj. Předpokládá se průběžná modernizace vybavení, rozšiřování služeb v reakci na aktuální potřeby a spolupráce s výzkumnými institucemi při zavádění nových terapeutických přístupů a inkluzivních modelů péče. Posiluje se rovněž komunitní rozměr centra – například skrze zapojení dobrovolníků a spolupráci s místními iniciativami.

Důležitou součástí provozní fáze je řízení rizik a krizové plánování, které zajišťuje schopnost centra adaptovat se na vnější změny, například v legislativě, poptávce či financování.

Cílem této etapy je vytvořit dlouhodobě stabilní, odborně ukotvené a komunitně otevřené zařízení, které bude klientům poskytovat smysluplnou podporu, prostor pro rozvoj a aktivní životní styl.

4.10.4 Analýza trhu a poptávky

Tato kapitola se zaměřuje na zhodnocení poptávky po službách plánovaného centra KARA a na analýzu konkurenčního prostředí v regionu. Obsahuje tři tematické části: analýza ochoty platit za týdenní pobyt ve sportovně-rehabilitačním centru, turistická vytíženost oblasti Kouty nad Desnou, hotely v okolí a jejich cenová politika.

Společně tyto podkapitoly poskytují přehled o preferencích cílové skupiny, atraktivitě lokality a stávající nabídce srovnatelných služeb. Výsledky tvoří základ pro nastavení cenové a programové struktury centra KARA.

4.10.5 Analýza ochoty platit za týdenní pobyt ve sportovně-rehabilitačním centru

Pro analýzu ochoty platit za týdenní pobyt ve sportovně-rehabilitačním centru bylo využito dat z práce Zuzany Jedličkové. Dotazování se zaměřovalo na názory osob s postižením, kolik by byli ochotni zaplatit za týdenní pobyt zahrnující ubytování, stravu, rehabilitaci a sportovní aktivity. Odpovědi respondentů byly orientační a ukázaly rozmanitost preferencí.

Je však třeba poznamenat, že počet respondentů byl velmi malý, což omezuje objektivitu této analýzy a její schopnost reprezentovat širší populaci.

Dotazování mezi potenciálními klienty centra KARA bylo zaměřeno na cenovou akceptovatelnost služeb a klíčové faktory ovlivňující jejich ochotu zaplatit. Výsledky ukázaly rozdílné preference respondentů, které závisí na jejich očekáváních ohledně rozsahu a kvality nabízených služeb.

Z odpovědí vyplynulo, že část respondentů preferuje základní cenovou hladinu, zatímco jiní by byli ochotni investovat vyšší částky za nadstandardní služby. Dva respondenti uvedli, že by za pobyt v centru zaplatili částku v rozmezí 1 000–2 000 Kč. Další dva respondenti byli ochotni zaplatit 3 000 Kč. Jedna osoba uvedla částku 5 000 Kč. Dva respondenti vyjádřili ochotu zaplatit částku 8 000 Kč a více, pokud by centrum nabízelo kvalitní a rozsáhlé služby. Tři respondenti neměli jasnou představu o částce, kterou by za pobyt byli ochotni zaplatit.

Vedle samotné cenové úrovně respondenti zdůraznili několik klíčových faktorů, které mají zásadní vliv na jejich ochotu za služby centra zaplatit. Jedním z nich byla nabídka aktivit a služeb. Všichni dotázaní se shodli na tom, že cena, kterou by byli ochotni za pobyt zaplatit, závisí především na rozsahu a kvalitě nabízených služeb. Nejčastěji zmiňované byly rehabilitační programy, sportovní aktivity, specializované terapie a další doplňkové služby, které by měly být přizpůsobeny individuálním potřebám klientů. Dále bylo důležité kritérium poměr mezi cenou a kvalitou. Respondenti očekávají, že cena služeb bude odpovídat jejich úrovni, odbornosti personálu a celkové kvalitě péče. Jsou ochotni zaplatit vyšší částku v případě, že centrum nabídne profesionální přístup, moderní vybavení a dostatečně širokou škálu aktivit.

Výsledky dotazování poskytují důležité podklady pro nastavení cenové strategie centra KARA. Je zřejmé, že nabídka služeb by měla být dostatečně diverzifikovaná, aby oslovila různé skupiny klientů – od těch, kteří hledají cenově dostupné základní služby, až po ty, kteří preferují nadstandardní péči s individuálním přístupem. Zároveň je nezbytné jasně komunikovat přidanou hodnotu nabízených služeb, aby si potenciální klienti dokázali lépe představit, co za svou investici získají.

4.10.6 Turistická vytíženost oblasti Kouty nad Desnou

V rámci zjišťování poptávky po službách v oblasti Kouty nad Desnou byly analyzovány údaje o počtu přenocování, které poskytla paní Hana Horká, referentka obecního úřadu v Loučné nad Desnou, zajišťující agendu ubytovatelů a místních poplatků. Z dostupných dat vyplývá, že v roce 2023 bylo v této lokalitě zaznamenáno celkem 55 378 přenocování, a v roce 2024 došlo k mírnému nárůstu na 57 933 přenocování. Tyto počty nezahrnují dětské návštěvníky.

Z uvedených údajů je patrný trvale vysoký zájem o ubytování v regionu, který potvrzuje atraktivitu oblasti pro cestovní ruch a zároveň poukazuje na potenciál pro rozvoj dalších služeb, včetně nabídky rehabilitačních a sportovně-relaxačních aktivit plánovaných v rámci centra KARA.

4.10.7 Hotely v okolí a jejich cenová politika

Pro komplexní zhodnocení trhu a konkurenčního prostředí v oblasti Kouty nad Desnou a přilehlých lokalit byla provedena analýza vybraných hotelových zařízení. Cílem této části je představit nabídku služeb, cenové rozpětí a charakteristiku jednotlivých hotelů, které mohou být relevantní z hlediska cílové skupiny plánovaného centra KARA.

Informace byly získány prostřednictvím přímé komunikace s provozovateli ubytovacích zařízení (e-mailem) a z veřejně dostupných zdrojů, zejména z oficiálních webových stránek hotelů. V rámci analýzy byly vybrány dva významné subjekty v regionu – Hotel Dlouhé Stráně a Hotel Diana ve Velkých Losinách – které reprezentují různorodost nabídky v oblasti ubytování, wellness a doplňkových služeb. Tyto hotely nabízejí ucelený pohled na současnou cenovou politiku, strukturu služeb a poptávku ze strany klientů v jednotlivých sezónách.

Hotel Dlouhé Stráně

Hotel Dlouhé Stráně se nachází v oblasti Hrubého Jeseníku a patří mezi vyhledávané rekreační a wellness destinace v regionu. Nabízí komplexní balíček služeb, který zahrnuje ubytování, wellness, sportovní aktivity a gastronomii. Hotel disponuje dvěma budovami (horní a dolní) s celkovou kapacitou 208 pokojů. Ceny za ubytování se liší podle sezóny, obsazenosti a typu pokoje.

Dvoulůžkový pokoj Classic v Budově II je k dispozici za cenu v rozmezí 1 500 - 2 999 Kč za noc. Rodinné pokoje se pohybují v rozmezí 2 500 - 4 500 Kč za noc v závislosti na sezóně a počtu osob. Cena jednolůžkového pokoje se pohybuje mezi 1 800 – 3 500 Kč za noc. Možnost přistýlky je zpoplatněna částkou mezi 500–800 Kč za noc. Hotelová restaurace nabízí českou i mezinárodní kuchyni a různé možnosti stravování. Snídaně se podávají formou bufetu. Večeře jsou servírovány formou výběru z menu. K dispozici je možnost dokoupení obědů. Hotel rovněž nabízí à la carte restauraci s nabídkou domácí i zahraniční kuchyně. Hotel disponuje rozsáhlým wellness centrem, které zahrnuje krytý bazén s protiproudem, infra saunu a finskou saunu. Mezi relaxační procedury patří masáže a perličková vana. Sportovní vybavení zahrnuje bowling se dvěma drahami, stolní tenis, kulečník a fitness centrum. Hosté mohou využít dětský koutek, konferenční prostory pro firemní akce, úschovnu kol a lyží a půjčovnu sportovního vybavení. V celém hotelu je k dispozici Wi-Fi zdarma. Parkování před hotelem je pro hosty

bezplatné. Hotel umožňuje ubytování s domácími mazlíčky za poplatek 400 Kč na den s vratnou kaucí 2 000 Kč. Hotel Dlouhé Stráně nabízí různé tematické pobytové balíčky, které přinášejí hostům dodatečné služby a výhody.

Rekreační balíček zahrnuje pobyt na 2–4 noci s polopenzí a neomezeným vstupem do wellness centra. Sportovní pobyt umožňuje hostům přístup k fitness a sportovnímu vybavení. Rodinný balíček nabízí zvýhodněné ceny pro děti a zahrnuje animační programy.

V roce 2023 dosáhl celkový počet přenocování hostů v ubytovacím zařízení 39 812 nocí. Nejvyšší obsazenost byla zaznamenána během hlavní letní sezóny v měsících červenec a srpen, kdy bylo evidováno 12 804 přenocování. V zimní sezóně, zahrnující měsíce prosinec až únor, činil počet přenocování 8 103 nocí. V období vedlejší sezóny, tedy od března do června a od září do listopadu, bylo zaznamenáno 9 710 a 9 477 přenocování. Z celkového počtu hostů se 54 osob se zdravotním postižením ubytovalo v zařízení během celého roku.

Hotel Diana

Hotel Diana ve Velkých Losinách je moderní wellness a rekreační zařízení nabízející ubytování, relaxační služby a sportovní aktivity. Díky své poloze v blízkosti termálních lázní Velké Losiny je ideální volbou pro hosty hledající odpočinek, aktivní pobyt či firemní akce. Nabízí širokou škálu wellness procedur, sportovního vyžití a doplňkových služeb, které zvyšují jeho atraktivitu pro různé typy klientů. Celková kapacita hotelu činí 130 lůžek, přičemž zahrnuje dvoulůžkové a jednolůžkové pokoje, rodinné apartmány a luxusní apartmány, z nichž některé jsou bezbariérové.

Cenová struktura ubytování se liší podle sezóny a obsazenosti. Cena za dvoulůžkový pokoj se pohybuje v rozmezí 1 800 – 3 500 Kč za noc, zatímco rodinný pokoj pro čtyři osoby stojí 3 500 – 5 000 Kč za noc. Cena jednolůžkového pokoje je v rozmezí 2 000 – 3 800 Kč za noc a přistýlka je k dispozici za poplatek 500–900 Kč za noc.

Stravování zahrnuje snídaně formou bufetových stolů, večeře s možností polopenze a nabídku v rámci à la carte restaurace s českou i mezinárodní kuchyní. Hotel disponuje wellness centrem, které zahrnuje krytý bazén s výhledem do přírody, finskou saunu, infra saunu, vířivku a masáže. K dispozici jsou také různé sportovní aktivity, jako jsou tenisové kurty, půjčovna kol, fitness centrum a turistické a cyklistické trasy v okolí hotelu.

Mezi doplňkové služby patří Wi-Fi připojení zdarma, bezplatné parkování a možnost ubytování s domácími mazlíčky za poplatek. Pro firemní klientelu a větší skupiny jsou k dispozici konferenční prostory s kapacitou 10 až 200 osob. Významnou výhodou hotelu je také jeho propojení s termálními lázněmi Velké Losiny, kde mohou hosté využít zvýhodněné pobytové balíčky.

Hotel Diana nabízí různé typy pobytových balíčků přizpůsobených specifickým potřebám hostů. Mezi ně patří Relax & Wellness pobyt, který zahrnuje volný vstup do wellness centra, Romantický pobyt určený pro páry, obsahující wellness procedury, sekt na pokoji a romantickou večeři, nebo Rodinný pobyt, jenž zahrnuje polopenzi, animační programy pro děti a další doprovodné aktivity. Pro starší klientelu je určen pobyt pro seniory 55+, který zahrnuje wellness procedury a plnou penzi. Aktivním hostům je určen sportovní pobyt, jenž kombinuje sportovní a relaxační aktivity, včetně zapůjčení kol. Nabízeny jsou také speciální balíčky s návštěvou termálních lázní Velké Losiny.

Vybavení pokojů odpovídá kategorii Standard Plus a zahrnuje vlastní koupelnu, satelitní televizi, telefon, lednici a Wi-Fi připojení. Dále hotel disponuje dětskými koutky, venkovním hřištěm, animačními programy. Wellness centrum dále nabízí jávský masážní salón, squash a stolní tenis. Hosté mohou využít služeb recepce dostupné 24 hodin denně, administrativních služeb a možnost nákupu dárkových poukazů, kosmetiky a občerstvení na recepci. K dispozici je také praní a žehlení prádla, room service nebo možnost zapůjčení společenských her, sportovního vybavení a jízdních kol.

4.10.8 Doporučení pro plánování a nastavení služeb centra KARA

Na základě provedené analýzy trhu a poptávky lze formulovat několik doporučení, která by měla být zohledněna při plánování a tvorbě nabídky služeb centra KARA. Z šetření zaměřeného na ochotu platit za týdenní pobyt vyplývá, že cílová skupina je citlivá na poměr mezi cenou a kvalitou služeb. Respondenti jsou ochotni zaplatit vyšší částky, pokud bude nabídka odpovídat jejich očekáváním – především v oblasti odborné rehabilitace, individuálního přístupu, pestré nabídky aktivit a profesionálního zázemí. Z toho vyplývá potřeba vytvořit diferencovanou nabídku, která zahrne jak cenově dostupné základní služby, tak nadstandardní programy pro náročnější klientelu.

Dalším důležitým zjištěním je vysoká turistická vytíženost oblasti Kouty nad Desnou. Počet přenocování v posledních letech přesahuje 55 000 nocí ročně, což svědčí o stabilní poptávce po ubytovacích a doplňkových službách v regionu. Tento fakt potvrzuje vhodnost lokality pro umístění centra KARA a nabízí potenciál nejen pro cílovou skupinu osob se zdravotním znevýhodněním, ale také pro širší veřejnost hledající aktivní odpočinek či preventivní zdravotní programy.

Z analýzy konkurenčního prostředí vyplývá, že v regionu působí hotely s rozsáhlou nabídkou wellness a sportovních služeb (např. Hotel Dlouhé Stráně, Hotel Diana), avšak jejich zaměření je primárně na běžné turisty. Specializace na osoby se specifickými

potřebami a bezbariérovost jsou v těchto zařízeních pouze okrajové. To představuje pro centrum KARA příležitost zaujmout jedinečnou pozici na trhu – nabídnout komplexní, odborně garantovanou a zároveň inkluzivní službu pro klienty všech věkových kategorií, včetně osob se specifickými potřebami, seniorů či rodin s dětmi se specifickými potřebami.

Pro zachování konkurenceschopnosti je vhodné inspirovat se i sezónní a tematickou nabídkou konkurenčních zařízení. Centrum KARA by mělo pracovat s flexibilními balíčky služeb, které reflektují různé zájmy a potřeby klientů v průběhu roku – například letní sportovní pobyty, zimní regenerace, relaxační programy, rodinné a seniorského pobyty, případně víkendové tematické akce. Tyto balíčky by měly být prezentovány srozumitelně a transparentně, včetně přehledu služeb, které jsou v ceně zahrnuty.

Z výsledků této kapitoly tak vyplývá jasná potřeba nejen nabídnout kvalitní a dostupné služby, ale také je aktivně komunikovat, zdůraznit jejich přidanou hodnotu, profesionální zázemí, individuální přístup a sociální přesah. Centrum KARA má potenciál stát se jedinečným zařízením v regionu, které naplňuje skutečné potřeby klientů v oblasti rehabilitace, pohybové aktivity a inkluzivního pobytu v atraktivním prostředí Jeseníků.

4.11 Managment lidských zdrojů

Tato kapitola vychází z výpovědí respondentů, které byly zpracovány pomocí tematické analýzy a následně syntetizovány do čtyř hlavních oblastí týkajících se personálního zabezpečení centra KARA. Personálnímu složení a definici klíčových rolí, systému náboru a motivace zaměstnanců, zapojení studentů do chodu centra a využití dobrovolníků při vybraných aktivitách. Každá z těchto částí přináší konkrétní doporučení, jak vybudovat efektivní, stabilní a dlouhodobě udržitelný personální model, který bude odpovídat jak specifickým potřebám cílové skupiny klientů, tak reálným provozním a ekonomickým možnostem centra.

4.11.1 Personální složení a klíčové role

Pro efektivní a udržitelný provoz centra KARA je zásadní zvolit takové personální složení, které umožní zajištění odborných služeb, bezproblémového technického chodu i strategického rozvoje. Navrhovaný model personální struktury vychází z osvědčeného přístupu kombinujícího profesionální tým, organizační efektivitu a důraz na spolupráci se studenty a dobrovolníky.

Za základní kostru personálního zajištění lze považovat čtyři klíčové role, které pokrývají nejen přímou práci s klienty, ale i organizační a technickoprovozní potřeby centra:

Koordinátor studentů/praktikantů

Tato role je klíčová pro systematické zapojování studentů. Koordinátor zajišťuje nábor, vedení a organizaci studentů při jejich praxích, čímž zároveň přispívá k rozvoji centra i profesnímu růstu studentů.

Technický pracovník

Odpovídá za každodenní technický chod centra, údržbu sportovních a rehabilitačních pomůcek a správu vybavení. Zajišťuje provozuschopnost zařízení, řeší drobné opravy a je důležitým článkem při organizaci sportovních a pohybových aktivit, zejména v případech, kdy jsou využívány kompenzační pomůcky nebo adaptované sportovní prostředky.

Provozní manažer

Zastřešuje organizační a logistické fungování centra. Zajišťuje koordinaci jednotlivých služeb, plánování provozu, komunikaci s partnery a správu administrativy. Tato role je nezbytná pro hladké fungování provozu, plánování směn, komunikaci se zaměstnanci i uživateli a plnění požadavků z oblasti legislativy a bezpečnosti.

PR a fundraisingový pracovník (sales manažer)

Má na starosti komunikaci s veřejností, prezentaci centra navenek a rozvoj finančních zdrojů skrze sponzorské dary, granty nebo partnerství. Účinná práce v této roli může zásadně ovlivnit ekonomickou udržitelnost projektu a umožnit realizaci doplňkových služeb nebo benefitů pro klienty i zaměstnance.

Zejména v počátečních fázích fungování centra je možné některé z těchto rolí sloučit – například pozici koordinátora studentů s PR pracovníkem nebo provozního manažera s technickým pracovníkem. Tím lze efektivně optimalizovat náklady a zároveň zachovat funkčnost potřebných procesů.

Dále je nezbytné počítat také s provozními pozicemi, jako je recepční a pracovník úklidu, kteří zajistí každodenní chod ubytovací části a čistotu všech prostor centra.

Nad rámec výše uvedených rolí je samozřejmě nezbytné počítat i s odbornými pozicemi jako je – fyzioterapeut, ergoterapeut, osobní asistent, sociální pracovník, jejichž zapojení se bude odvíjet od konkrétního rozsahu poskytovaných služeb. Výběr i rozložení těchto profesí je třeba plánovat s ohledem na normy kvality, potřeby klientely a ekonomickou dostupnost daných profesí na trhu práce.

4.11.2 Nábor a motivace zaměstnanců

Úspěšné fungování centra KARA jako komerčního bezbariérového zařízení s rozšířenými službami v oblasti sociální rehabilitace je podmíněno kvalitně nastaveným systémem náboru, stabilizace a motivace pracovníků. Zaměstnanci zde neplní pouze roli nositelů provozu, ale zároveň představují klíčový prvek v přímé práci s klienty a ve vytváření pozitivního obrazu centra navenek. Jejich odbornost, přístup a osobní nasazení zásadně ovlivňují důvěru, spokojenost a loajalitu klientely.

Personální strategie centra KARA klade důraz na pečlivý a cílený výběr zaměstnanců s vyváženou kombinací odborných kompetencí a osobnostních předpokladů. Při náboru jsou kromě hodnocení profesního životopisu a kvalifikace zohledňovány také aspekty, jako je počet a charakter předchozích zaměstnání (s důrazem na stabilitu a praktické zkušenosti), schopnost týmové spolupráce, empatie, důslednost a přirozená vstřícnost vůči lidem se specifickými potřebami. Standardní součástí výběrového řízení je také zkušební doba, která poskytuje oběma stranám prostor pro ověření vzájemného souladu s provozní kulturou a pracovním nastavením zařízení.

Při obsazování odborných pozic, zejména fyzioterapeutů, ergoterapeutů či sociálních pracovníků – je kladen důraz na hlubší profesní profil uchazečů. Důležitými kritérii jsou schopnost reflektovat vlastní odbornou praxi, orientace v současných trendech (např. v oblasti inkluzivního sportu nebo technologií v rehabilitaci) a také osobní vize uchazeče o jeho budoucím přínosu pro klienty i pracovní tým. Tento přístup umožňuje nejen výběr kvalitních pracovníků, ale také formování silné a stabilní personální základny, která je nezbytná pro dlouhodobé a efektivní fungování centra.

4.11.3 Zapojení studentů do činnosti centra KARA

Systematické zapojení studentů do provozu centra KARA představuje strategický prvek personálního modelu, který napomáhá zajištění vysoké kvality služeb, zvyšuje ekonomickou efektivitu provozu a současně podporuje profesní růst budoucích odborníků. Tento přístup reflektuje současné trendy ve vysokoškolském vzdělávání, které kladou důraz na propojení teoretické přípravy s praktickou zkušeností a na přímý kontakt studentů s cílovou skupinou klientů.

Studenti mohou být aktivně zapojeni do celé škály činností, zejména v rámci přímé práce s klienty. Jejich role spočívá především v asistenci při pohybových, rehabilitačních, sportovních i outdoorových aktivitách. Pod odborným dohledem se studenti zapojují jako spoluhráči, asistenti či podpůrní účastníci jednotlivých programů. Díky tomu získávají cenné zkušenosti s prací

v reálném prostředí, učí se reagovat na individuální potřeby klientů a rozvíjejí praktické dovednosti, které jsou klíčové pro jejich budoucí profesní uplatnění.

Aby tento koncept mohl efektivně fungovat, je nezbytné v centru KARA vytvořit pozici koordinátora studentů, který bude zodpovědný za vedení, rozvržení úkolů, dohled a hodnocení praxí. Tato osoba bude zároveň klíčovým kontaktem pro spolupracující univerzity a zajištění administrativního rámce stáží a praxí. Motivačním faktorem pro studenty není pouze samotný obsah praxe, ale i podmínky, které jim centrum nabídne, zejména ubytování a strava zdarma.

4.11.4 Zapojení dobrovolníků do činnosti centra KARA

Dobrovolníci mohou představovat cenný doplněk provozu centra KARA, zejména v rámci jednorázových nebo specificky zaměřených aktivit, jako jsou outdoorové programy, víkendové pobyty nebo rekreační akce pro klienty. Vzhledem k charakteru cílové skupiny osob se specifickými potřebami, je však kladen důraz na cílený výběr a kvalitní zaškolení dobrovolníků, kteří musí být fyzicky zdatní, spolehliví a schopní zvládnout i náročnější asistentské úkony, jako jsou přesuny, doprovod nebo základní péče.

Dobrovolníci nebudou součástí každodenního provozu, ale budou zapojováni selektivně, podle konkrétních potřeb programu. Získávání vhodných kandidátů probíhá zejména prostřednictvím partnerských organizací, vysokých škol, osobních kontaktů nebo firemních dobrovolnických programů. Jejich přínos spočívá nejen ve finanční úspoře, ale i ve zvýšení sociálního přesahu centra a posilování komunitního charakteru služeb.

Za účelem systematického zapojení dobrovolníků se doporučuje vytvořit jednoduchý evidenční a školící systém, který zajistí bezpečný a přínosný průběh jejich činnosti jak pro klienty, tak pro samotné dobrovolníky.

4.12 Marketing a PR

Marketingová a PR strategie centra KARA by měla být založena na cílené a dlouhodobé komunikaci s veřejností, sponzory, partnery i potenciálními návštěvníky. Na základě rozhovorů s odborníky v této oblasti byly identifikovány klíčové prvky, které by měly tvořit základ komunikace a prezentace centra. Následující oblasti představují konkrétní doporučení v pěti oblastech, které vyplynuly z tematické analýzy rozhovorů: webové rozhraní a rezervační systém, využití sociálních sítí, zapojení ambasadorů, komunikace s partnery, sponzory a veřejností, sezónní kampaně a výjimečné akce

4.12.1 Webové rozhraní a rezervační systém

Webové stránky centra KARA by měly být přehledné, moderní a intuitivní. Klíčové je, aby uživatel okamžitě našel možnost rezervace pobytu nebo programu, aniž by musel složitě procházet strukturu webu. Základní prvky by měly zahrnovat:

- jednoduché a přehledné menu,
- vysokou vizuální kvalitu (fotografie, videa, grafika),
- optimalizaci pro mobilní zařízení,
- snadno dostupný a funkční rezervační formulář.

Vizuální stránka webu hraje zásadní roli při rozhodování návštěvníků – profesionální a atraktivní design zvyšuje důvěryhodnost centra a podporuje chuť ke konverzi (např. rezervaci pobytu).

4.12.2 Využití sociálních sítí

Z hlediska online komunikace se doporučuje primární zaměření na Instagram jako hlavní platformu pro mladší cílovou skupinu. Vedle něj může být doplňkově využíván také Facebook, zejména pro komunitní sdílení a události.

Obsah by měl být postaven na autentičnosti a emocích – například:

- zábavná videa ze zákulisí,
- skeče se zaměstnanci,
- momenty z akcí,
- osobní výpovědi návštěvníků a klientů,
- vizuální příběhy (reels, stories) zachycující průběh stavby nebo otevření centra.

Doporučuje se začít budovat digitální komunitu již během příprav a výstavby centra. Sdílení procesu vzniku, prvních úspěchů a zákulisních momentů vytváří vztah s budoucími uživateli ještě před otevřením.

4.12.3 Zapojení ambasadorů

Pro zvýšení viditelnosti a důvěryhodnosti centra KARA se doporučuje navázat dlouhodobou spolupráci s ambasadorem – veřejně známou osobností, influencerem nebo odborníkem, který se ztotožňuje s hodnotami centra a bude jej reprezentovat přirozeným a kontinuálním způsobem.

Ambasador může vystupovat na akcích centra, účastnit se natáčení videí nebo sdílet vlastní zkušenosti s pobytem či návštěvou. Důležité je, aby se nejednalo pouze o jednorázovou reklamní spolupráci, ale o autentické a dlouhodobé zapojení, které buduje důvěru veřejnosti.

4.12.4 Komunikace s partnery, sponzory a veřejností

Doporučuje se zavést pravidelný komunikační systém směrem k partnerům a sponzorům. Například formou měsíčního newsletteru, který bude stručně informovat o novinkách, realizovaných aktivitách a plánovaných akcích. Tento způsob komunikace podporuje pocit kontinuity, důvěry a transparentnosti.

Důležité je také symbolické připomínání se – například prostřednictvím přání k významným svátkům nebo osobních pozvánek na kulturní a společenské akce centra. Taková neformální setkání (např. ochutnávky vín, otevřené dny) mohou posílit vztahy a podnítit budoucí podporu.

Z hlediska spolupráce s institucemi, firmami nebo neziskovými organizacemi se doporučuje rozvíjet dlouhodobá a hodnotově sladěná partnerství, která budou přinášet nejen finanční nebo materiální podporu, ale také odbornou výměnu zkušeností a posílení důvěryhodnosti centra.

4.12.5 Sezónní kampaně a výjimečné akce

Doporučuje se plánovat marketingové kampaně v souladu se sezónností nabídky – například tematické pobyty v létě a zimě, sportovní víkendy, rekondiční programy apod. Každá sezóna může být podpořena vlastní vizuální identitou a komunikační strategií.

Vedle pravidelných akcí by měly být součástí strategie i jednorázové, výjimečné události (např. slavnostní otevření, ples, tematické večery), které přitáhnou pozornost a vytvářejí exkluzivní zážitek. Kombinace opakovatelnosti a jedinečnosti posiluje image centra jako aktivního a atraktivního místa.

Součástí sezónních aktivit může být i spolupráce s komunitami, školami nebo neziskovými organizacemi, které mohou podpořit rozšíření povědomí o nabídce centra KARA.

4.13 Finanční plán a ekonomická analýza

Zajištění finanční udržitelnosti centra KARA je klíčovým faktorem jeho dlouhodobého fungování. Tato kapitola shrnuje klíčové poznatky respondentů, kteří se věnovali možným modelům financování, ekonomické strategii i principům cenotvorby. Na základě tematické analýzy lze navrhnout komplexní a flexibilní finanční model, který je rozčleněn do několika

klíčových oblastí. Jako jsou Investiční náklady a financování a zahájení provozu, komerční model a přímé výnosy, strategická a mezioborová partnerství jako nástroj finanční stability a cenotvorba.

4.13.1 Investiční náklady a financování zahájení provozu

Celková výše počáteční investice se odhaduje na přibližně 60 milionů korun, přičemž se počítá s postupným rozfázováním investice, případně i s modulárním rozvojem služeb. Součástí příprav je také záměr využít veřejné dotační programy pro částečné pokrytí výstavby nebo vybavení, a tím snížit přímou investiční zátěž.

4.13.2 Komerční model a přímé výnosy

Klíčovým pilířem finanční udržitelnosti centra je ekonomická soběstačnost postavená na komerčním provozu. Centrum by mělo nabízet široké spektrum kvalitních služeb s jasnou tržní hodnotou. Například rehabilitační a sportovní balíčky, wellness procedury, tematické pobyty, firemní akce či školení. Ceník služeb by měl být nastaven transparentně a odpovídat vysoké úrovni péče, profesionalitě personálu, komfortu a celkové atmosféře zařízení. Výnosy z těchto služeb tvoří základní zdroj příjmů a zároveň umožňují nezávislost na externím financování.

4.13.3 Strategická a mezioborová partnerství jako nástroj finanční stability

Jedním z klíčových prvků finanční udržitelnosti centra KARA je rozvoj strategických a mezioborových partnerství v kombinaci s využitím tzv. nepřímého financování. Tento přístup staví na spolupráci s institucemi, které samy čerpají veřejné či grantové prostředky na realizaci vlastních programů. Typicky školy, sportovní kluby, poskytovatelé sociálních služeb nebo neziskové organizace. Centrum KARA jim může nabídnout zázemí pro pořádání pobytů, kurzů, sportovních či vzdělávacích aktivit, přičemž získává příjmy například za ubytování, stravování či pronájem prostor. Tento model přináší oboustranný užitek.

Zároveň je žádoucí cíleně navazovat dlouhodobou spolupráci s partnery z různých oblastí. Zejména ze sektoru zdravotnictví, podnikatelské sféry, akademického prostředí nebo sportovních organizací. Tato partnerství mohou přinést nejen finanční podporu ve formě sponzorství či partnerství, ale i nové klienty, odborné know-how, posílení reputace centra a možnost účasti na výzkumných a vzdělávacích projektech. Takto budovaná síť spolupráce vytváří stabilní a rozmanitou základnu, která přispívá k dlouhodobé ekonomické a odborné udržitelnosti centra.

4.13.4 Cenotvorba

Cenotvorba v centru KARA by měla vycházet ze tří klíčových principů – reálných nákladů, kvalitativní úrovně služby a ochoty klienta za službu zaplatit. Chybné je nastavit ceny příliš nízko s úmyslem později je navyšovat. Lepší strategií je od začátku komunikovat hodnotu služby, včetně přínosů jako je profesionální personál, přístup, atmosféra a moderní prostředí.

4.13.5 Hodnocení efektivity a udržitelnosti projektu

Tato kapitola se zaměřuje na klíčové aspekty, které určují dlouhodobou životaschopnost a úspěšnost centra KARA. Na základě tematické analýzy byla identifikována řada faktorů, které přispívají k tomu, aby centrum fungovalo jako stabilní, odborně kvalitní a ekonomicky soběstačný subjekt. Udržitelnost je zde chápána nejen v rovině finanční, ale i provozní, odborné, personální, prostorové i komunitní. Zde jsou jednotlivé podkapitoly věnují se těmto tematickým oblastem: ekonomická soběstačnost a inkluzivní provozní model, plánování, kvalitní a odborný personál, programová nabídka a spolupráce, dispoziční řešení jako součást udržitelnosti centra KARA a SWOT analýza.

4.13.6 Ekonomická soběstačnost a provozní model

Pro zajištění dlouhodobé stability centra KARA je klíčové, aby fungovalo jako ekonomicky soběstačný subjekt, schopný generovat příjmy pokrývající své provozní náklady bez závislosti na nestabilních externích zdrojích. Optimálním řešením se jeví komerční provozní model postavený na podnikatelských principech. Ten by měl stavět na nabídce profesionálně vedených a kvalitních služeb, za které jsou klienti ochotni platit, a to jak z řad osob se specifickými potřebami, tak i širší veřejnosti.

Tento model vytváří stabilní základ pro fungování a rozvoj centra, zároveň minimalizuje rizika spojená s výkyvy veřejných rozpočtů nebo změnami dotačních programů.

Součástí vize ideálního fungování centra KARA je nabídka ubytovacích, sportovně-rehabilitačních a volnočasových služeb v bezbariérovém a uživatelsky přívětivém prostředí. Přístupnost a otevřenost zařízení nejen osobám se specifickými potřebami, ale i veřejnosti, umožňuje přirozené začleňování, podporuje inkluzi a zároveň zajišťuje diverzifikaci příjmů.

4.13.7 Plánování

Z hlediska řízení a rozvoje je klíčové, aby centrum KARA nepodléhalo pouze krátkodobým operativním rozhodnutím, ale mělo vypracovanou dlouhodobou strategii. Právě strategické

plánování – v horizontu pěti a více let – umožňuje udržet kontinuitu, definovat směřování centra a pružně se přizpůsobovat změnám bez ztráty identity a kvality služeb.

Strategické plánování by mělo zahrnovat:

- definování poslání a vize centra
- stanovení dlouhodobých cílů
- pravidelné vyhodnocování a přizpůsobování plánů v návaznosti na vývoj trhu, klientských potřeb a legislativního rámce.

Vedle dlouhodobé vize je vhodné uplatňovat i střednědobé plánování (2–5 let), které se zaměřuje na rozvoj služeb, investice, marketingové a personální strategie. Toto plánování umožňuje konkretizovat dílčí kroky a zároveň udržovat pružnost v rozhodování.

Součástí plánovacího rámce je i operační řízení s jednoletým výhledem – rozpočty, personální pokrytí, sezónní programy, řízení kapacit a klientského provozu. Důležitá je přitom provázanost všech tří úrovní – operativní, taktická i strategická.

Zkušenosti z praxe ukazují, že právě kombinace dlouhodobé stability s krátkodobou pružností umožňuje organizacím odolávat nepředvídatelným změnám a zároveň efektivně růst. Centrum KARA by proto mělo už od počátku pracovat se strukturou, která podporuje systematické plánování, pravidelné hodnocení plnění cílů a schopnost včas reagovat na nové příležitosti i rizika.

4.13.8 Kvalitní a odborný personál

Základem úspěšného provozu centra je kvalifikovaný tým, který disponuje nejen odbornými znalostmi v oblasti rehabilitace, fyzioterapie, ergoterapie a aplikovaných pohybových aktivit, ale zároveň také schopností efektivně pracovat s technickým a rehabilitačním vybavením. Klíčový zaměstnanci by měli rozumět funkci a správnému použití různých kompenzačních pomůcek a být schopni je bezpečně využívat v každodenní praxi.

Kromě odbornosti je důležitá i lidská stránka – empatie, komunikační dovednosti, respekt k individualitě klienta a schopnost vytvářet důvěryhodné a podpůrné prostředí.

4.13.9 Kvalitní a atraktivní pohybová nabídka

Nabídka pestrých, atraktivních a zároveň dostupných sportovních, rehabilitačních a volnočasových programů je stěžejní pro zájem klientů. Kromě základních aktivit, jako jsou plavání, cyklistika, běžkování nebo turistika, je žádoucí zařadit také méně tradiční, ale vysoce motivační aktivity – například curling, boccia, paddleboarding, rybaření, lukostřelbu či jízdu na upravených čtyřkolkách.

Výhodou centra KARA by měla být schopnost přizpůsobit program individuálním možnostem klientů a nabídnout aktivity i osobám s vyšší mírou postižení. Klíčovým prvkem je také přímá návaznost ubytování a programu – minimalizace přesunů, přístupnost sportovišť přímo z areálu, možnost využití multifunkčních prostor (např. tělocvična/herna) i za nepříznivého počasí.

4.13.10 Efektivní propagace a budování značky

Dobře zvolená komunikační strategie a silná vizuální identita centra představují důležitý nástroj pro budování důvěry a zájmu o služby. Centrum by mělo systematicky pracovat na své značce – a to nejen v oblasti online komunikace (web, sociální sítě), ale i formou propagačních materiálů, zapojením klientských příběhů, referencí, a prezentace aktivit v médiích.

Image zařízení by měla být moderní, odborná a přívětivá zároveň – od vizuálního stylu přes styl komunikace až po vzhled interiéru. Pravidelná prezentace činnosti centra (např. ve formě newsletteru, blogu či videoreportů z pobytů) pomáhá udržovat kontakt s veřejností, klienty i potenciálními partnery a podporovat loajalitu ke značce.

4.13.11 Spolupráce s odbornými institucemi a partnery

Pro stabilitu centra je zásadní jeho začlenění do širší odborné sítě. Spolupráce s vysokými školami, zdravotnickými zařízeními, sportovními kluby a neziskovými organizacemi může přinést nejen odborný přínos, ale i nové klienty, mediální dosah a možnosti dalšího rozvoje.

Například propojení s Fakultou tělesné kultury UP v Olomouci může přinést zapojení studentů do praxí, společné kurzy, sdílení know-how i podíl na výzkumných aktivitách. Podobně je vhodné usilovat o spolupráci se zařízeními, které jsou veřejností vnímání pozitivně a mají za sebou dlouholeté zkušenosti. Tyto vazby zvyšují důvěryhodnost centra a umožňují vytvářet komplexní nabídku služeb s přesahem do oblasti zdravotnictví, vzdělávání i komunitní práce.

4.13.12 Dispoziční řešení jako součást udržitelnosti centra KARA

Prostorové a funkční uspořádání centra KARA je zásadním faktorem ovlivňujícím jak provozní efektivitu, tak uživatelský komfort a dlouhodobou atraktivitu zařízení. Kvalitně navržený interiér i exteriér přispívají k udržitelnosti provozu tím, že zvyšují spokojenost klientů, podporují opakované návštěvy, usnadňují práci personálu a umožňují realizaci širokého spektra programů. Tato podkapitola shrnuje návrhy k prostorovému řešení centra a specifikuje klíčové funkční zóny, které by měly být součástí komplexního provozu.

Wellness a relaxační zázemí

Pro zvýšení zážitkové hodnoty pobytu a podporu regenerace klientů je doporučeno zařadit do centra kvalitní wellness zónu. Ta by měla zahrnovat bezbariérový bazén, vířivku, saunu a další relaxační prvky. Důraz je kladen na atraktivní design, komfortní přístupnost a vysoký hygienický standard. Wellness zóna zvyšuje tržní hodnotu služeb a může být samostatně nabízená i externím klientům, čímž přispívá k ekonomické udržitelnosti provozu.

Design interiéru a vybavení pokojů

Ubytovací kapacita by měla být tvořena flexibilními pokoji, které lze přizpůsobit různým typům klientů – od samostatně pohybujících se hostů až po osoby s těžkým pohybovým omezením. Klíčovými prvky jsou polohovací postele, bezbariérové koupelny, dostatečný manévrovací prostor, možnosti zatemnění a dálkové ovládání oken či světel. Estetika pokojů by měla být přívětivá a univerzální, aby prostředí nepůsobilo institucionalizovaně.

Skutečná bezbariérovost

Skutečná bezbariérovost by měla být zajištěna komplexně – nejen v interiéru, ale také ve všech venkovních prostorách. Samozřejmostí je bezbariérový přístup do všech částí objektu, dostatek vyhrazených parkovacích míst, plynulé a bezpečné povrchy bez výškových rozdílů a vstupy navržené s ohledem na samostatný pohyb osob s různými typy omezení. Klíčové je, aby byly všechny prostory dostupné bez nutnosti doprovodu či asistence.
Při plánování je nutné zohlednit i krizové situace – například výpadek výtahu nebo elektrického proudu. Budova by proto měla umožňovat přístup i únik bez závislosti na elektronicky ovládaných zařízeních, například pomocí přímých ramp nebo mechanicky ovladatelných přístupových cest.

Rehabilitační a fyzioterapeutické pomůcky

V centru by mělo být k dispozici profesionální rehabilitační zázemí s pomůckami jako jsou ribstoly, Redcord, bradla, polohovací lehátka, výškově nastavitelné stoly, zvedáky. Součástí může být menší posilovna pro vozíčkáře a místnost pro individuální terapii. Důležité je vhodné rozvržení prostoru, aby bylo možné zajistit jak individuální, tak skupinovou formu rehabilitace.

Vybavení pro aplikované pohybové aktivity (APA) a herní programy

Vybavení pro aplikované pohybové aktivity (APA) a herní programy by mělo tvořit nedílnou součást zázemí centra KARA. Kromě univerzálních pomůcek pro sportovní a volnočasové aktivity – jako jsou boccia, pétanque, kuželky, mölkky, šipky nebo deskové hry –

je vhodné vytvořit také plně přizpůsobený prostor, který umožní realizaci širokého spektra pohybových i rehabilitačních činností.

Na základě doporučení lze navrhnout zřízení multifunkčního prostoru, které bude sloužit jako flexibilní místo pro skupinové i individuální programy. Tento prostor může být variabilně využíván například pro rehabilitační cvičení, skupinové aktivity, nácvik soběstačnosti, volnočasové hry nebo i klidovou zónu při nepříznivém počasí. Oceněna je možnost transformace místnosti podle aktuální potřeby – od cvičebního sálu po hernu.

Takto koncipovaný prostor významně přispívá ke komplexnosti služeb centra, podporuje rozmanitost programu a zároveň usnadňuje organizaci různorodých aktivit bez nutnosti náročného přesunu klientů do vzdálených prostor.

Exteriér a propojení s přírodou

Důraz by měl být kladen na příjemné a funkční venkovní prostředí – zahrady, lavičky, zpevněné stezky pro vozíčkáře, vodní prvky, dětská hřiště nebo místa pro tichý odpočinek. Tyto prvky podporují psychickou pohodu a pozitivní zážitek z pobytu. Exteriér zároveň poskytuje zázemí pro pohybové i terapeutické aktivity.

Technické a sportovní zázemí

Pro provoz sportovních a rekreačních programů je nezbytné vytvořit zázemí pro skladování a údržbu vybavení – lyžárna, kolárna, dílna na opravy sportovně kompenzačních pomůcek. Toto technické zázemí by mělo být snadno přístupné a funkčně propojené se sportovními trasami a výjezdem z centra.

Stravování a služby pro rodiny s dětmi

Centrum by mělo nabídnout pestré a zdravé stravování s ohledem na různé diety a specifické potřeby klientů. Dětské koutky, animační programy a možnost hlídání dětí zvyšují atraktivitu zařízení pro rodiny. Prostory by měly být přizpůsobeny rodinám s malými dětmi i osobám pečujícím o blízkého s postižením.

4.13.13 SWOT analýza

Součástí úvah o dlouhodobé udržitelnosti centra KARA je i strategické zhodnocení vnitřních a vnějších faktorů, které mohou ovlivnit jeho úspěšnost. K tomu slouží metoda SWOT analýzy, která představuje efektivní nástroj pro identifikaci silných a slabých stránek projektu, příležitostí a hrozeb.

SILNÉ STRÁNKY:

Inovativní koncept: Centrum KARA nabízí unikátní přístup k poskytování sportovních a rekreačních služeb pro osoby se specifickými potřebami, což v České republice nemá obdoby.

Přístupnost: Díky bezbariérovému přístupu a přizpůsobeným prostorám bude centrum snadno dostupné pro všechny klienty, včetně osob se specifickými potřebami.

Podpora sociální integrace a zdravého životního stylu: Centrum KARA bude podporovat sociální integraci a sociální rehabilitaci u osob se specifickými potřebami tím, že nabízet prostor pro sdílení zkušeností a motivací. Rehabilitační a sportovně-rekreační aktivity v centru mohou přispět ke zlepšení zdraví a životního stylu těchto osob.

Strategická lokalita: Umístění v blízkosti Ski areálu Kareš a dalších rekreačních zařízení umožňuje širokou škálu outdoorových aktivit a sportovních zážitků, což činí centrum atraktivním pro mnoho návštěvníků.

Celoroční provoz: Centrum KARA bude otevřené po celý rok, což umožňuje využívání jeho služeb kdykoliv, a tím zvyšuje jeho atraktivitu a potenciální příjmy.

Široká nabídka aktivit: Centrum bude nabízet velký výběr rehabilitačních a sportovně-rekreačních aktivit pro různé typy klientů, což zajišťuje, že si každý najde něco pro sebe.

Využití studentů: Centrum KARA bude poskytovat příležitosti pro praxi studentům, kteří mohou získávat praktické zkušenosti. To nejen snižuje provozní náklady centra, ale také přináší aktuální poznatky a inovace do poskytovaných služeb.

SLABÉ STRÁNKY:

Nedostatečné povědomí: Nedostatečné povědomí o projektu může omezovat zájem a účast osob se specifickými potřebami.

Finanční omezení: Omezené finanční zdroje mohou ovlivnit rozvoj projektu a marketingové aktivity pro získání klientů a partnerů.

Nedostatečná spolupráce: Nedostatečná spolupráce s místními institucemi a organizacemi podporujícími osoby se specifickými potřebami může omezovat možnosti rozvoje a podpory projektu.

Konkurence: Přítomnost mnoha konkurenčních ubytovacích zařízení v okolí může ovlivnit získání a udržení zákazníků pro centrum/hotel KARA.

Cena pobytu: Pro osoby se specifickými potřebami může být pobyt finančně náročný.

Nedostatečné povědomí: Nízké povědomí o projektu může omezit zájem a účast osob se specifickými potřebami, což by mohlo snížit celkovou efektivitu a úspěšnost centra.

Finanční omezení: Omezené finanční prostředky mohou brzdit rozvoj projektu a omezovat marketingové aktivity zaměřené na získání klientů a partnerů, což může vést k nedostatečnému financování potřebných služeb a programů.

Nedostatečná spolupráce: Neexistence silných partnerství s místními institucemi a organizacemi, které podporují osoby se specifickými potřebami, může omezit možnosti rozvoje a podpory projektu, čímž se snižuje jeho celkový dopad a efektivita.

Konkurence: Existence mnoha konkurenčních ubytovacích zařízení v okolí může negativně ovlivnit schopnost centra KARA přilákat a udržet si zákazníky, což může vést k nižšímu obsazení a nižším příjmům.

Cena pobytu: Náklady na pobyt mohou být pro osoby se specifickými potřebami vysoké, což může omezit jejich schopnost využívat služby centra.

Nedostatek studentů: Nedostatek studentů plnící si své praxe může omezit schopnost centra poskytovat kvalitní a specializované služby pro osoby se specifickými potřebami.

Komunikační problémy: Nedostatečná vnitřní komunikace a koordinace studentů může vést k neefektivnímu poskytování služeb a snížené kvalitě péče.

Nedostatek technologií: Nedostatek sportovně kompenzačních pomůcek a vybavení může omezit kvalitu a efektivitu poskytovaných služeb, což může vést k nižší spokojenosti klientů a jejich rodin.

PŘÍLEŽITOSTI:

Rozvoj partnerských vztahů: Centrum KARA může navázat partnerství s místními institucemi, školami a organizacemi, což pomůže přivést nové klienty a zvýšit povědomí o centru.

Dobrovolnictví: Aktivní zapojení dobrovolníků do sportovně-rekreačních aktivit může podpořit činnost centra a zajistit dostatečný počet personálu pro různé programy.

Marketingové aktivity: Zlepšení marketingových a propagačních aktivit, včetně efektivního využití sociálních médií a PR kampaní, může zvýšit povědomí o centru KARA, přilákat nové klienty.

Rozšíření nabídky služeb: Centrum může rozšířit svou nabídku o nové aktivity a programy, které budou přizpůsobeny různým cílovým skupinám osob se specifickými potřebami.

Sociální podnik: Vytvoření sociálního podniku v rámci centra KARA nabízí možnost integrace klientů do pracovního procesu, rozšíření nabídky služeb, generování dodatečných příjmů a zvýšení povědomí o centru.

Externí poskytování služeb: V budoucnu by centrum mohlo nabízet externí služby jako fyzioterapii, ergoterapii, osobní asistenci… což umožní poskytovat komplexní péči a podporu klientům.

Možné budoucí vybavení: Instalace umělé lezecké stěny ve spolupráci s Areálem Kouty by mohla rozšířit nabídku sportovních a rekreačních aktivit a zvýšit atraktivitu centra pro širší spektrum návštěvníků.

Podpora turistického ruchu: Využití turistického potenciálu oblasti Jeseníků může přilákat nové návštěvníky a klienty centra KARA, což zajistí stálý přísun návštěvníků díky oblíbenosti destinace.

Diverzifikace finančních zdrojů: Národní a evropské granty, dotace a nadace poskytují stabilní a různorodé zdroje financování, které mohou snížit finanční rizika spojená s provozem centra. Tyto prostředky umožňují pokrýt náklady na vybavení, personál a speciální projekty a programy.

Odborné semináře a workshopy: Organizování odborných seminářů a workshopů pro veřejnost a profesionály přispívá k šíření povědomí o specifických potřebách osob se zdravotním postižením a zvyšuje prestiž centra.

Mezinárodní spolupráce: Navázání spolupráce s mezinárodními organizacemi a institucemi zabývajícími se podobnými aktivitami přináší nové poznatky a možnosti rozvoje centra.

HROZBY:

Ekonomická nestabilita: Ekonomické změny a nestabilita mohou ovlivnit financování a provoz centra KARA, což může vést k finančním problémům a omezení rozvoje projektu.

Konkurence: Zvýšená konkurence v oblasti ubytovacích služeb může negativně ovlivnit schopnost centra přilákat a udržet zákazníky, což může snížit jeho příjmy a úspěšnost.

Nedostatek studentů: Nedostatek studentů, kteří by vykonávali praxi v centru, může omezit rozvoj a kvalitu poskytovaných služeb, protože centrum by mohlo postrádat dostatečný personál pro zajištění všech potřebných aktivit.

Nepředvídatelné počasí: Přírodní katastrofy a rychlé změny počasí mohou negativně ovlivnit plánované aktivity a přístupnost centra, což může snížit návštěvnost a spokojenost klientů.

Změny v preferencích zákazníků: Změny v preferencích a očekáváních zákazníků mohou ovlivnit poptávku po službách centra. Je důležité sledovat trendy a přizpůsobovat nabídku služeb aktuálním potřebám trhu, aby centrum zůstalo atraktivní pro své klienty.

Legislativní změny: Změny v legislativě a předpisech mohou ovlivnit provoz a poskytování služeb centra KARA.

Finanční závislost na dotacích a grantech: Přílišná závislost na externích finančních zdrojích, jako jsou dotace a granty, může být riziková. Pokud by došlo k omezení těchto zdrojů, centrum by mohlo čelit finančním potížím.

Negativní publicita: Jakýkoli negativní incident nebo špatná publicita může negativně ovlivnit pověst centra a snížit jeho schopnost přilákat nové klienty a partnery.

Bezpečnostní rizika: Potenciální bezpečnostní rizika spojená s provozem sportovních a rekreačních aktivit mohou ohrozit klienty a personál, což může vést k právním a finančním následkům.

4.14 Sociální rehabilitace

Tato kapitola shrnuje návrh koncepce sociální rehabilitace v centru KARA, který vychází z výpovědí respondentů a jejich tematické analýzy. Sociální rehabilitace je zde vnímána jako klíčová součást komplexní podpory osob se specifickými potřebami, propojující zdravotní, sociální a volnočasové prvky. Důraz je kladen na mezioborový přístup, rozvoj samostatnosti, aktivní životní styl a mezilidské vztahy v bezpečném a podnětném prostředí. Kapitola je členěna do následujících tematických oblastí: pojetí sociální rehabilitace, aplikované pohybové aktivity a outdoorové programy, doporučené formáty rehabilitačních pobytů, zapojení registrovaných sociálních služeb, fyzioterapie jako součást nabídky, práce s individuálními potřebami a bezpečnost klientů, personální kapacity a organizace skupin.

4.14.1 Pojetí sociální rehabilitace v centru KARA

Pojetí sociální rehabilitace v centru KARA by mělo vycházet z komplexního a dlouhodobě udržitelného přístupu, který propojuje zdravotní, sociální a psychologickou dimenzi podpory osob se specifickými potřebami. Základní filozofií centra by mělo být vytvoření prostředí, které nejen léčí, ale také posiluje schopnosti, soběstačnost a sociální začlenění jednotlivce.

Inspirací pro tvorbu koncepce může být model Beitostølen Health Sports Center v Norsku, kde je rehabilitace založena na aktivním životním stylu, důrazu na rovný přístup a vytváření podmínek pro plnohodnotné zapojení klienta do společnosti. Tento model lze vhodně přizpůsobit českému prostředí – s ohledem na legislativní rámec, strukturu sociálních a zdravotnických služeb a specifika cílových skupin.

Centrum KARA by mělo důsledně podporovat pohybově aktivní přístup k rehabilitaci, a to zejména formou aplikovaných pohybových aktivit a outdoorových programů. Cílem není pouze rozvoj fyzické kondice, ale také budování pozitivního vztahu k pohybu, překonávání bariér, rozvoj soběstačnosti a zvyšování psychické odolnosti. Rekondiční pobyty, tematické

sportovní programy, skupinové soutěže i individuální trénink mohou tvořit jádro nabídky, přičemž důraz by měl být kladen na přístupnost pro osoby s různým typem postižení.

Z hlediska legislativního a strategického vývoje je vhodné uvažovat o postupném začlenění registrovaných sociálních služeb do provozu centra. Centrum KARA by se tak mohlo v budoucnu rozšířit například o službu sociální rehabilitace, osobní asistence, případně odlehčovací služby. Tyto služby by podpořily dlouhodobější práci s klientem, posílily stabilitu provozu a zároveň umožnily financování z veřejných zdrojů. Pro tento krok je však nezbytné připravit vhodné prostorové, personální a administrativní podmínky, a zároveň provést důkladné zhodnocení ekonomické udržitelnosti a zařazení do krajské sítě poskytovatelů.

Sociální rehabilitace by tak v centru KARA mohla být postavena na propojení odborných intervencí (fyzioterapie, ergoterapie, podpora soběstačnosti), komunitního přístupu (spolupráce s rodinami, peer podpora) a aktivního trávení volného času v přírodním a bezbariérovém prostředí. Tento přístup by napomáhal naplňovat hlavní cíle sociální rehabilitace – tedy podporu autonomie, zvyšování kompetencí klienta a jeho začlenění do běžného života.

4.14.2 Aplikované pohybové aktivity a outdoorové programy

Centrum KARA by mělo systematicky rozvíjet nabídku aplikovaných pohybových aktivit (APA) a outdoorových programů jako klíčovou součást sociální rehabilitace. Tyto aktivity mají zásadní význam pro zlepšení fyzické kondice, psychické pohody, rozvoj soběstačnosti a posilování mezilidských vztahů. Jsou určeny pro osoby s různým typem a stupněm postižení, ale rovněž otevřené rodinným příslušníkům a široké veřejnosti, čímž podporují princip inkluze.

Doporučuje se realizace vícedenních rekondičních pobytů, které kombinují každodenní fyzioterapii, asistenci, volnočasový program a prostor pro komunitní sdílení. Tyto pobyty mohou být doplněny o tematicky zaměřené víkendové nebo týdenní akce, jako jsou sportovní turnaje, soutěžní dny nebo olympijské dny, které motivují účastníky k aktivnímu pohybu a spolupráci v týmu.

Součástí programové nabídky by měly být jak klasické sportovní aktivity, tak i rekreační a alternativní pohybové formy. Doporučené letní aktivity zahrnují:

- Plavání a aquaterapie
- Cyklistiku
- Vodní turistiku a kajakování
- Paddleboarding
- Lezecké a lanové aktivity

- Turistiku
- Rybaření
- Lukostřelbu a střelbu ze vzduchovky
- Jízdu na koni (hipoterapie)
- Motorické aktivity, např. jízdu na upravených čtyřkolkách

Pro zimní sezónu lze zařadit:

- Běžecké a sjezdové lyžování
- Snowboarding
- Skialpinismus
- Sněžnice
- Bruslení
- Parahokej
- Curling

Pro celoroční využití a v případě nepříznivého počasí je vhodné vybudovat multifunkční tělocvičnu či hernu, která umožní realizaci indoorových aktivit, jako je boccia, pétanque, kuželky, mölkky, šipky, nebo skupinová cvičení a rehabilitace. Tento prostor může být rovněž využit pro komunitní setkání, workshopy a relaxační aktivity.

Programová nabídka by měla být flexibilní a přizpůsobena individuálním možnostem klientů. Klíčovými principy jsou dostupnost, bezpečnost, variabilita a schopnost zapojit osoby s různými schopnostmi. Tímto způsobem lze zajistit nejen terapeutický účinek, ale také pozitivní zážitek a motivaci k opakovanému návratu do centra KARA.

4.14.3 Doporučené formáty rehabilitačních pobytů

Rehabilitační programy centra KARA by měly být koncipovány flexibilně, tak aby reflektovaly různorodé potřeby a možnosti cílové skupiny. Nabídka pobytů by měla zahrnovat jak krátkodobé víkendové pobyty, které mohou sloužit k úvodnímu seznámení s prostředím centra a navázání prvního kontaktu s terapeutickým týmem, tak týdenní až čtyřtýdenní pobyty určené pro intenzivní rehabilitační práci a komplexní intervence.

Víkendové pobyty představují důležitý nástroj pro první orientaci klientů, seznámení s programem a možnost zhodnotit vhodnost centra pro další spolupráci. Umožňují také krátkodobé odlehčení pečujícím osobám a mohou sloužit jako vstupní brána do delších formátů. Jejich terapeutický potenciál je však omezený především z časových důvodů.

Za nejvhodnější kompromis mezi intenzitou a dostupností jsou považovány **týdenní pobyty**, které umožňují realizaci základního terapeutického plánu a zároveň jsou finančně dosažitelné i pro samoplátce. U této délky se předpokládá kombinace individuální fyzioterapie, podpůrných programů pro nácvik soběstačnosti a volnočasových aktivit. Důraz je kladen na mezioborovou spolupráci a možnost zapojení celé rodiny.

Tří – až čtyřtýdenní pobyty poskytují prostor pro hlubší intervenci a komplexní rehabilitační program, který může mít dlouhodobější dopad na kvalitu života klienta. Tyto formáty jsou ideální pro osoby po úrazech, s nově vzniklým postižením nebo v období intenzivního nácviku soběstačnosti. Jejich realizace je však závislá na dostupnosti veřejného financování – například prostřednictvím zdravotních pojišťoven, dotačních titulů nebo příspěvků sociální péče. Z provozního hlediska je proto vhodné s těmito delšími formáty začít až po stabilizaci základního provozu.

Náplň rehabilitačních pobytů by měla být víceúrovňová a kombinovat odborné terapeutické intervence s rekreační, vzdělávací a kulturní složkou. Základní složkou programu je individuální fyzioterapie a ergoterapie, která umožňuje přímou práci s konkrétními potřebami klienta. Vhodné je také zařazení tréninku soběstačnosti, ideálně i s využitím peer konzultací se zkušenými osobami s postižením. Taková zkušenost přináší nejen praktické rady, ale i významný motivační a psychosociální rozměr.

Vedle odborných aktivit by měl být program doplněn o rekreační a komunitní složku, která poskytuje prostor pro odpočinek, sdílení zkušeností a budování přirozených sociálních vazeb. Součástí mohou být společné výlety, volnočasové dílny, kulturní večery nebo tematické dny, které přispívají k posilování komunity a pocitu sounáležitosti.

Důležitým prvkem je rovněž kombinace individuální a skupinové práce. Individuální přístup je klíčový zejména v rámci fyzioterapie a ergoterapie, kde umožňuje cílené vedení a kontinuální návaznost péče. Skupinové aktivity jsou naopak vhodné pro oblast pohybových her, relaxačních cvičení, kreativních workshopů či sportovních soutěží. Přínosem skupinové formy je mimo jiné podpora motivace, sdílení a zapojení do kolektivu. Při práci ve skupině je však nezbytné citlivě vnímat složení účastníků a zohlednit jejich individuální schopnosti, aby byla zajištěna smysluplná a bezpečná účast každého člena.

Celkově lze říci, že rehabilitační pobyty v centru KARA by měly být postaveny na flexibilní, odborně vedené a klientsky přívětivé struktuře, která umožní jednotlivcům s různými typy postižení využít pobyt v maximální možné míře – jak pro zlepšení svého zdravotního stavu, tak pro posílení sebevědomí, samostatnosti a začlenění do společnosti.

4.14.4 Zapojení registrovaných sociálních služeb

Zavedení registrovaných sociálních služeb, jako jsou sociální rehabilitace, osobní asistence, odlehčovací služby nebo poradenské a terapeutické činnosti, představuje do budoucna významný potenciál pro rozšíření a odborné ukotvení činnosti centra KARA. Tyto služby mohou přispět k vyšší kvalitě podpory klientů a jejich rodin, zároveň však vyžadují dobře promyšlený a postupný přístup.

Z pohledu dlouhodobé strategie je vhodné nezačínat provoz centra s plně registrovanými službami, ale nejprve pracovat s neformálními, neregistrovanými formami podpory. Tento přístup umožní ověřit reálný zájem a potřeby cílové skupiny, získat provozní zkušenosti a vytvořit základ pro případné budoucí rozšíření. V této fázi lze spolupracovat s externími organizacemi, které již mají registraci, nebo poskytovat aktivity s podobným zaměřením (např. aktivizační programy, asistence, komunitní poradenství), aniž by se centrum muselo zavazovat k náročnému administrativnímu procesu.

Teprve ve střednědobém horizontu – pokud se ukáže, že poptávka po službách je stabilní a infrastruktura centra to umožní – lze zvážit oficiální registraci vybraných služeb, jako například odlehčovací péče nebo sociální rehabilitace. Klíčovou podmínkou je však nejen odpovídající prostorové a technické zajištění, ale také personální kapacita. Kromě odborného týmu je nezbytné vytvořit pozici koordinátora sociálních služeb, který bude zajišťovat správu dokumentace, plnění zákonných požadavků, komunikaci s úřady a odbornou garanci provozu.

Jedním z významných rizik spojených se zavedením registrovaných služeb je nejistota jejich financování. Aby mohlo centrum čerpat veřejné prostředky, musí být zařazeno do krajské sítě poskytovatelů sociálních služeb. Tento proces však není automatický a v některých případech může trvat i několik let. Bez tohoto zařazení by musely být služby hrazeny výhradně klienty, což by mohlo znamenat značné zvýšení nákladů a snížení dostupnosti.

Z dlouhodobého hlediska se zapojení registrovaných sociálních služeb jeví jako logický krok k prohloubení odbornosti a větší systémové provázanosti centra KARA. Zároveň však musí být tento krok veden realisticky, s důrazem na udržitelnost, kvalitu a postupnou profesionalizaci. Tento model umožní, aby se centrum přirozeně rozvíjelo podle potřeb svých klientů, aniž by se předčasně zatížilo náročnými závazky a administrativní zátěží.

4.14.5 Fyzioterapie jako součást nabídky služeb

Fyzioterapie by měla představovat pevnou a dlouhodobě udržitelnou součást služeb centra KARA. Jedná se o odbornou zdravotnickou intervenci, která má přímý vliv na zdravotní stav, funkční schopnosti a celkovou kvalitu života klientů. Její zařazení do nabídky centra přispívá

k odborné úrovni zařízení, zvyšuje atraktivitu pro cílovou skupinu a umožňuje rozšíření služeb nejen v oblasti rehabilitace, ale i prevence, regenerace a podpory soběstačnosti.

V počáteční fázi provozu se jako nejvhodnější model jeví nabídka fyzioterapie formou externí spolupráce – tedy tak, že si odborní fyzioterapeuti pronajmou prostor v centru a budou zde nabízet své služby klientům na komerční bázi. Tento přístup je ekonomicky bezpečný, flexibilní a umožňuje testovat poptávku, aniž by bylo nutné vázat centrum vysokými náklady na zaměstnance. Zároveň dává klientům možnost využít kvalitní odbornou péči přímo v rámci pobytu bez nutnosti docházet do jiných zařízení.

V případě zájmu a dostatečného vytížení této služby může být v dalším kroku uvažováno o systematickém začlenění fyzioterapie do stálé nabídky centra. V ideálním případě by se jednalo o kombinaci komerčně nabízené péče a služby hrazené z veřejného zdravotního pojištění. Tento model vyžaduje naplnění legislativních a personálních podmínek, včetně spolupráce s lékařem a uzavření smlouvy se zdravotními pojišťovnami, avšak přináší vyšší dostupnost a odbornou garanci poskytované péče.

Fyzioterapie by neměla být vnímána pouze jako doplněk sportovně-rekreačního programu, ale jako nedílná součást komplexního rehabilitačního přístupu. V rámci pobytových programů může doplňovat aktivity jako ergoterapie, nácvik soběstačnosti či individuální terapeutické konzultace. Služba může být dále rozšířena o masáže, pohybové terapie nebo relaxační techniky, a to i ve spolupráci s dalšími odborníky – včetně těch se zdravotním postižením, čímž centrum posílí svou inkluzivní identitu a vytvoří nové pracovní příležitosti.

Přítomnost fyzioterapie zároveň otevírá možnost vytvořit atraktivní balíčky služeb, které kombinují rekondici, wellness a zdravotní péči, což může oslovit i širší veřejnost mimo cílovou skupinu. V návaznosti na zázemí centra, jeho dispoziční řešení a odborný tým tak fyzioterapie představuje jeden z pilířů dlouhodobé odborné i ekonomické udržitelnosti.

4.14.6 Práce s individuálními potřebami a bezpečnost klientů

Efektivní a bezpečný provoz centra KARA vyžaduje systematické přístupy jak k evidenci individuálních potřeb klientů, tak k zajištění jejich bezpečnosti během aktivit. Doporučuje se zavést jednoduchý, ale funkční systém sběru informací o klientech – včetně jejich pohybových možností, potřeb v oblasti asistence, využívaných pomůcek a zdravotního stavu. Informace mohou být sdíleny v rámci týmu prostřednictvím pravidelných porad či elektronického systému, přičemž klíčovou roli hraje spolupráce ergoterapeutů, fyzioterapeutů a sociálních pracovníků.

Vedle toho je žádoucí podporovat i méně formální komunikaci s klienty a jejich rodinami – formou dotazníků, zpětné vazby nebo přímého rozhovoru. Tento komunitní a vztahový přístup

umožňuje lépe reagovat na potřeby jednotlivců, zvyšuje jejich motivaci k zapojení a posiluje pocit sounáležitosti s centrem.

Bezpečnost klientů při aktivitách je zásadní podmínkou úspěšného fungování zařízení. Je proto nutné pracovat s dostatečně kvalifikovaným, pravidelně školeným a zkušeným personálem. Technický stav vybavení (sportovního, rehabilitačního i kompenzačního) musí být pravidelně kontrolován. Při plánování aktivit je nutné zohlednit nejen jejich fyzickou náročnost, ale i složení skupiny – zvláště v případě osob se sníženou pohyblivostí nebo zcela závislých na doprovodu.

Součástí standardního režimu by mělo být i zapojení zdravotnického personálu – například přítomnost fyzioterapeuta nebo zdravotní sestry během specifických programů. Tito odborníci jsou schopni včas rozpoznat možná rizika a v případě potřeby poskytnout odbornou první pomoc. V případě klientů s vyšší mírou potřeb je vhodné počítat s účastí doprovodu, který částečně přebírá zodpovědnost a zvyšuje komfort klienta.

4.14.7 Personální kapacity a organizace skupin

Pro zajištění kvality programu centra KARA je důležité pracovat s promyšlenou strukturou kapacit a personálního zajištění. Ideální formát pro většinu aktivit představují menší skupiny o čtyřech až šesti klientech, které umožňují individuálnější přístup a větší flexibilitu. Tento model je výhodný zejména u aktivit zaměřených na rehabilitaci, nácvik soběstačnosti nebo asistované pohybové programy.

Při rekreačně zážitkových aktivitách, kde není nutná přímá odborná intervence, může být skupina větší, nicméně je třeba dbát na dostatečné personální pokrytí. Optimální poměr je jeden instruktor či asistent na jednoho až dva klienty, přičemž při složitějších programech by měl být vždy přítomen odborník s metodickými a terapeutickými dovednostmi.

Z pohledu dlouhodobé udržitelnosti centra je vhodné postupně budovat kombinaci stálého odborného týmu a externích spolupracovníků – například fyzioterapeutů, ergoterapeutů, osobních asistentů či odborníků z oblasti volnočasových aktivit. Do provozu lze rovněž zapojit dobrovolníky nebo studenty v rámci praxí, vždy však pod dohledem kvalifikovaného personálu.

Pro efektivní provoz a minimalizaci rizik je důležité nastavit jasná pravidla organizace programů, evidence klientů, řízení rizik a pravidelné evaluace. Tyto prvky tvoří základ profesionálního, bezpečného a dlouhodobě udržitelného provozu centra KARA.

4.15 Analýza spolupráce

Efektivní fungování centra KARA je podmíněno nejen vnitřním odborným zázemím, ale také kvalitní a funkční sítí spolupracujících subjektů. Tato kapitola se zaměřuje na identifikaci a analýzu organizací a institucí, které mohou být pro centrum KARA strategickými partnery v oblasti rehabilitace, sportu, vzdělávání, volnočasových aktivit a sociální integrace.

Analýza vychází z kombinace několika zdrojů: z mapování relevantních subjektů na regionální i celostátní úrovni, z konzultací s odborníky z praxe a z tematické analýzy rozhovorů uskutečněných během přípravné fáze projektu.

Jednotlivé podkapitoly rozpracovávají spolupráci s odbornými zařízeními, vzdělávacími institucemi, neziskovým sektorem i dobrovolníky. Cílem této části je vytvořit základ pro budoucí síťovou a partnerskou strukturu centra KARA, která bude přispívat k udržitelnosti, odborné kvalitě i šíři poskytovaných služeb.

4.15.1 Spolupráce s Lázněmi Velké Losiny

Spolupráce s lázeňským zařízením přináší potenciál rozšíření rehabilitační a relaxační nabídky centra KARA, především v oblasti vodních aktivit. Jako reálně proveditelná varianta se jeví využití bazénu hotelu Eliška či části termálního parku – tedy zařízení, která pracují s přírodní termální vodou, avšak nejsou určena pro přímou zdravotní léčbu. Z hlediska kapacity a provozních možností by šlo o příležitostné využití pro menší skupiny klientů (cca 15–20 osob), a to po předchozí dohodě.

Limitem spolupráce je omezená dostupnost zdravotnického personálu ze strany lázní, což vylučuje možnost nabídky fyzioterapie nebo individuálních cvičení pro klienty centra. Výhodou je však možnost jednat o zvýhodněném vstupném, a to při splnění určitých podmínek – např. pravidelná spolupráce nebo odběr většího množství vstupů. Sleva by měla mít charakter obchodní dohody, nikoli benefitu bez závazku. Spolupráce tedy není vnímána jako automatická, ale jako potenciální strategické partnerství s jasně nastavenými pravidly a ekonomickým rámcem.

Celkově lze tuto formu spolupráce charakterizovat jako doplňkovou, která může zvýšit atraktivitu pobytu pro klienty centra, zejména v oblasti zážitkové terapie a wellness nabídky. Je však nutné ji plánovat realisticky – s ohledem na provozní možnosti lázní a potřebu předchozí koordinace.

4.15.2 Spolupráce s Fakultou tělesné kultury UP v Olomouci

Fakulta tělesné kultury představuje zásadního akademického partnera s vysokým potenciálem v oblasti vzdělávání, odborné praxe i propagace. Možnosti spolupráce lze rozdělit do tří hlavních rovin:

Personální spolupráce

Zapojení studentů do provozu centra formou odborných praxí či stáží představuje významný přínos jak z hlediska personální podpory, tak výchovy budoucích odborníků v oblasti sportu, rehabilitace či inkluzivních aktivit. Studenti by pod odborným vedením participovali na pohybových a terapeutických programech centra. Za vhodných podmínek (ubytování, strava) lze očekávat vysoký zájem ze strany studentů i pedagogů. Pro efektivní zapojení je klíčové vytvořit pozici koordinátora praxí.

Materiální spolupráce

Sdílení technického vybavení a pomůcek pro aplikované pohybové aktivity (APA) může přinést oboustranný užitek. Fakulta i centrum disponují specializovaným zázemím, které může být efektivně využito pro společné aktivity nebo specifické kurzy.

Síťová a mediální spolupráce

Fakulta disponuje širokým spektrem kontaktů na sportovní organizace, školy, neziskové subjekty a odborníky. Tato síť může být cenným nástrojem pro získávání klientů i propagaci centra KARA v odborné i široké veřejnosti. Zároveň nabízí potenciál pro produkci propagačního a vzdělávacího obsahu, který může být využit např. při prezentaci aktivit centra nebo výuce na fakultě.

Spolupráce s Fakultou tělesné kultury tedy nabízí dlouhodobý a rozvojový potenciál, který přesahuje rámec běžného partnerství. Představuje příležitost pro integraci odborné praxe, inovací a komunitní orientace do každodenního provozu centra.

4.15.3 Spolupráce s regionálními partnery v rámci rozšíření sportovně rekreačních služeb centra

V rámci rozšíření programové spolupráce a vytvoření pestré nabídky rekreačně-sportovních aktivit pro klienty centra KARA se nabízí několik regionálních partnerů, jejichž služby mohou vhodně doplnit stávající programovou strukturu.

Golf Club Rapotín představuje menší regionální areál s tréninkovými prvky, jako je driving range a putting green. Je vhodný zejména pro začátečníky a mírně pokročilé hráče.

Ski areál Kareš, spolu s **Cecilovou lyžařskou školičkou**, a projektem **Lyžování pro všechny** tvoří dostupné rodinné lyžařské centrum s mírnými svahy. Je zaměřené na výuku dětí, začátečníků, ale i osob se specifickými potřebami což vytváří příležitost pro zimní rekondiční pobyty klientů centra KARA.

Nezisková organizace Pro dotyk, z. s. sídlící v Lesnici, se specializuje na hippoterapii. Spolupráce s touto organizací by umožnila doplnit nabídku centra o alternativní formy pohybu a relaxace, které mají prokazatelný terapeutický účinek, zejména u klientů s neurologickým nebo psychickým onemocněním.

Areál Kouty nabízí celoroční provoz s bezbariérovou lanovkou a pestrou škálou letních aktivit. Do budoucna by se zde mohla zvážit výstavba venkovní lezecké stěny, což rozšíří možnosti outdoorových programů centra KARA o další atraktivní prvky v přírodním prostředí.

Sportovně-rekreační areál Kociánov v Loučné nad Desnou je veřejně přístupný areál s multifunkčním sportovním vybavením – skateparkem, minigolfem, paintballem a rybníkem pro rybaření. Tento prostor je ideální pro realizaci inkluzivních a komunitních aktivit v rámci víkendových nebo pobytových programů.

Všechny uvedené subjekty mohou významně přispět k atraktivitě a pestrosti pobytové nabídky centra KARA, zároveň podporují regionální spolupráci a přirozené zapojení klientů do běžného společenského života.

4.15.4 Spolupráce s dobrovolníky

V oblasti dobrovolnické spolupráce existují organizace, které mohou být cennými partnery při zapojení dobrovolníků do činnosti centra KARA, a to zejména v rámci víkendových pobytů, jednorázových akcí či specificky zaměřených programů.

Skautské oddíly v regionu Jeseníků a Šumperska představují tradiční základnu aktivních mladých lidí, kteří mají zkušenost s prací v týmu a organizací volnočasových. Skauti se často zapojují do dobrovolnických projektů s přesahem, a právě účast na inkluzivních programech centra KARA může být pro ně přínosnou zkušeností.

Dobrovolnické centrum UPOL funguje při Univerzitě Palackého v Olomouci a sdružuje studenty z různých fakult, kteří mají zájem o dobrovolnickou činnost v oblasti sociální, vzdělávací i ekologické. Centrum zajišťuje školení, evidenci a administrativní podporu dobrovolníků, což může být výhodné i pro centrum KARA při hledání krátkodobé i dlouhodobější výpomoci při akcích či pobytech.

4.15.5 Potenciální partnerské organizace v Olomouckém Kraji

Pro efektivní realizaci aktivit centra KARA je klíčová spolupráce se subjekty, které se věnují podpoře osob se specifickými potřebami a sociálním znevýhodněním, volnočasovým činnostem, sportu, vzdělávání či komunitnímu rozvoji. Tyto spolupráce mohou zahrnovat sdílení odborných kapacit, zajištění pobytových programů, společné pořádání akcí, vzdělávací aktivity či zprostředkování pohybových aktivit pro specifické skupiny klientů. Níže je uveden přehled organizací, se kterými lze potenciálně rozvíjet partnerství.

Přehled vybraných organizací:

- DĚTSKÝ KLÍČ Šumperk, o.p.s.
- Domov Sněženka Jeseník, příspěvková organizace
- PONTIS Šumperk, o.p.s.
- Nové Zámky – poskytovatel sociálních služeb, příspěvková organizace
- Domov Větrný mlýn Skalička, příspěvková organizace
- Děti dětem
- TyfloCentrum Olomouc, o.p.s.
- SPOLU Olomouc, z. ú.
- Spolek Trend vozíčkářů Olomouc
- ATOMIKA, z. s.
- Domy dětí a mládeže (dle regionu)
- Střediska volného času (dle regionu)
- Sportovní kluby (dle zaměření a dostupnosti)

4.15.6 Celorepublikové organizace relevantní pro spolupráci s Centrem KARA

Navázání spolupráce s organizacemi, které působí na celostátní úrovni, představuje pro centrum KARA strategickou příležitost k posílení odborného zázemí, sdílení zkušeností a rozšíření nabídky služeb pro cílové skupiny v oblasti rehabilitace, sportu, vzdělávání a sociální integrace. Zapojení těchto partnerů může přispět k rozvoji kvalitních programů, zvýšit dostupnost specializovaných služeb a otevřít možnosti účasti na národních projektech, grantových výzvách a osvětových kampaních zaměřených na podporu osob se specifickými potřebami.

Níže uvedené subjekty byly vybrány s ohledem na jejich dlouhodobou činnost v oblasti podpory osob se zdravotním postižením, zkušenosti s realizací celorepublikových projektů, kvalitní síťové struktury a potenciál pro mezisektorovou spolupráci.

Přehled celorepublikových organizací:

- Special Olympics Česká republika, z. s.
- Český svaz zrakově postižených sportovců
- České sportovní svazy, sportovní kluby
- Český paralympijský výbor
- Národní sportovní agentura
- Společnost pro ranou péči, z. s.
- Svaz tělesně postižených v České republice, z. s.
- Národní rada osob se zdravotním postižením ČR, z. s.
- Česká unie neslyšících, z. ú.
- Svaz neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR, z. s.
- LORM – Společnost pro hluchoslepé, z. s.
- Asociace organizací neslyšících, nedoslýchavých a jejich přátel, z. s. (ASNEP)
- Česká asociace paraplegiků – CZEPA, z. s.

4.15.7 Rehabilitační ústavy a specializovaná centra a organizace

Samostatnou skupinu relevantních partnerů pro Centrum KARA tvoří rehabilitační ústavy, specializovaná centra a organizace, které se dlouhodobě věnují podpoře osob se specifickými potřebami v oblasti zdravotní rehabilitace, nácviku soběstačnosti, adaptovaného sportu nebo osvěty. Ačkoli jejich primární činnost často nesměřuje ke komunitnímu či volnočasovému působení, mohou být významnými partnery pro návaznou péči, odborné konzultace a sdílení zkušeností.

Navázání spolupráce s těmito subjekty může přispět k rozšíření odborného zázemí centra KARA, zajištění mezioborového přístupu ke klientům a podpoře jejich dlouhodobé aktivizace. Spolupráce může probíhat formou výměny informací, doporučování klientů, sdílení metodik, účasti na odborných seminářích či pobytových rehabilitačně-sportovních programech.

Přehled vybraných zařízení a organizací:

- Rehabilitační ústav Kladruby
- Rehabilitační centrum Hrabyně
- Česká maltézská mládež, z. s.
- Radovan, z. s.
- Sport Ability, z. s.
- Sportovní klub vozíčkářů Praha, z. s.
- ParaCENTRUM Fenix, z. s.
- Centrum Paraple, o. p. s.
- Síť TyfloCenter
- Liga vozíčkářů, z. ú.
- Černí koně, z. s.
- Plavecký klub Kociánka Brno, z. s.
- Centrum handicapovaných lyžařů, z. s.
- Cesta za snem, z. s.

4.15.8 Vzdělávací instituce

Významným segmentem potenciálních partnerů jsou rovněž vzdělávací instituce. Může se jednat jak o běžné základní a střední školy, včetně těch s integrovanými žáky, tak o školy speciální. Tyto školy jsou důležitým článkem v systému podpory dětí a mladistvých se specifickými potřebami, a spolupráce s nimi může být pro centrum KARA velmi přínosná – zejména při realizaci vzdělávacích, volnočasových a inkluzivních programů, případně při zajištění praxí.

4.16 Vliv a dopad centra KARA na místní komunitu

Zřízení centra KARA přináší významný přínos nejen jednotlivcům využívajícím jeho rehabilitační a sportovní služby, ale má i širší dopad na místní komunitu v několika klíčových oblastech. Stává se impulzem pro rozvoj inkluzivního prostředí, podporu zdravého životního stylu a aktivní občanské participace napříč generacemi i sociálními skupinami. Níže jsou popsány hlavní oblasti, ve kterých centrum KARA může přispět: sociální inkluze a odbourávání bariér, zvyšování dostupnosti služeb, podpora nezaměstnanosti a odborného růstu, komunitní život a ekonomické dopady.

Sociální inkluze a odbourávání bariér

Centrum nabízí prostor pro přirozené setkávání lidí s různými schopnostmi, zdravotním stavem a životními zkušenostmi. Tento kontakt posiluje vzájemné porozumění, odbourává předsudky a podporuje empatii. Díky otevřenosti programů, aktivitám pro veřejnost a zapojení dobrovolníků se centrum KARA stává symbolem otevřené a respektující společnosti.

Zvýšení dostupnosti služeb v regionu

Centrum KARA rozšiřuje nabídku specializovaných rehabilitačních a pohybových služeb v regionu a zvyšuje jejich dostupnost široké veřejnosti.

Podpora zaměstnanosti a odborného růstu

Vznik centra vytváří nové pracovní příležitosti a zároveň poskytuje možnosti stáží, praxí a spolupráce studentům vysokých škol a odborných učilišť. Tím podporuje profesní růst mladé generace a propojení teorie s praxí.

Komunitní život

Díky volnočasovým aktivitám, komunitním akcím, osvětovým programům a možnostem dobrovolnictví se centrum KARA stává živým centrem společenského života. Podporuje aktivní zapojení seniorů, rodičů s dětmi i mladých lidí, čímž posiluje pocit sounáležitosti, zvyšuje sociální kapitál a pomáhá předcházet sociálnímu vyloučení.

Ekonomické dopady

Provoz centra přináší vedlejší ekonomické efekty. Zvyšuje návštěvnost oblasti, stimuluje poptávku po ubytovacích a stravovacích službách, podporuje místní dodavatele a rozvoj navazujících služeb. Investice do bezbariérové a volnočasové infrastruktury pak zvyšují kvalitu života všech obyvatel regionu.

5 ZÁVĚR

Tato diplomová práce se věnovala návrhu a posouzení proveditelnosti projektu centra KARA – sportovně-rehabilitačního zařízení zaměřeného na inkluzivní pobyty, rehabilitaci a podporu aktivního životního stylu osob se specifickými potřebami. Cílem bylo ověřit reálnost záměru z pohledu konkurence a poptávky, finanční a dlouhodobé udržitelnosti, personálního zajištění a managementu lidských zdrojů, prostorového řešení, programové nabídky, forem sociální rehabilitace a možností spolupráce s partnery i dopadu na místní komunitu.

Práce vycházela z kombinace teoretických poznatků, analýzy existujících zařízení, tematické analýzy rozhovorů s odborníky z praxe, odborného úsudku autorky a dostupných online údajů. Výstupem je komplexní studie proveditelnosti, která mapuje klíčové faktory ovlivňující úspěšnou realizaci a dlouhodobé fungování centra KARA.

Analýza poptávky ukázala, že cílová skupina osob se specifickými potřebami má o pobytové služby tohoto typu zájem, přičemž ochota platit za týdenní pobyt je diferencovaná a závisí na kvalitě, rozsahu a individualizaci nabízených služeb. Lokalita Kouty nad Desnou byla na základě údajů o turistické vytíženosti a dostupné infrastruktury vyhodnocena jako vhodné prostředí pro realizaci projektu. Analýza konkurenčních zařízení navíc potvrdila, že v regionu neexistuje ubytovací zařízení, které by komplexně a odborně reagovalo na potřeby hostů se specifickými potřebami.

Navržený personální model kombinuje stabilní odborný tým s aktivním zapojením studentů a externích specialistů. Cílem je zajistit dlouhodobou stabilitu, vysokou odbornost a zároveň ekonomickou efektivitu. Koncept je otevřený mezioborové spolupráci, dobrovolnictví i komunitnímu rozměru péče.

Součástí návrhu je propracovaný koncept sociální rehabilitace, který propojuje zdravotní a sociální služby s volnočasovými aktivitami v bezpečném a přístupném prostředí. Doporučené formáty pobytů, rozsah programové nabídky i způsob práce s klienty byly navrženy tak, aby reflektovaly skutečné potřeby cílové skupiny a podpořily jejich aktivní zapojení.

Z hlediska prostorového a funkčního uspořádání byl kladen důraz na reálnou bezbariérovost. Interiéry centra jsou navrženy jako flexibilní a uživatelsky přívětivé – s dostatkem klidových i aktivních zón, multifunkčních prostor a vhodným vybavením. Doporučeno bylo využití specializovaných pomůcek pro nácvik mobility, smyslovou stimulaci, tělesnou rehabilitaci i podporu samostatnosti. Exteriér je koncipován jako terapeutické a rekreační prostředí s přírodními prvky, sportovišti a relaxačními zónami, dostupnými i pro osoby s omezenou pohyblivostí.

Marketingová a PR strategie staví na autenticitě, systematické komunikaci, budování značky a dlouhodobých vztazích s partnery a sponzory. Klíčová je práce s veřejností a rozvoj komunitní identity centra.

Finanční udržitelnost projektu je založena na kombinaci komerčního provozního modelu, strategických partnerství a využívání grantových a dotačních zdrojů. Klíčovým předpokladem pro dlouhodobé fungování je schopnost generovat vlastní příjmy prostřednictvím placených služeb – rehabilitačních, sportovních i rekreačních. Důležitou roli hraje i spolupráce s organizacemi, které mohou čerpat veřejné prostředky na pobyty svých klientů. Finanční plán zohledňuje potřebu diverzifikace příjmů, flexibilní cenotvorbu a důraz na přidanou hodnotu služeb.

Spolupráce s partnery je dalším klíčovým pilířem projektu. Centrum KARA může navázat dlouhodobé a hodnotově sladěné vztahy s univerzitami, zdravotnickými zařízeními, sportovními kluby, sociálními službami i neziskovými organizacemi. Tato síť přináší odbornou podporu, personální kapacity, sdílení know-how i nové cílové skupiny. Zapojení fakult tělesné kultury, rehabilitačních ústavů, dobrovolnických center a zařízení sociální péče ukazuje široké možnosti mezioborového a komunitního propojení.

Významným aspektem projektu je jeho pozitivní dopad na místní komunitu. Centrum KARA má potenciál stát se inkluzivním a otevřeným prostorem pro setkávání osob se specifickými potřebami, jejich rodin, studentů, dobrovolníků i široké veřejnosti. Přispívá k mezigeneračnímu dialogu, občanské angažovanosti a posiluje sociální soudržnost v regionu. Vedle těchto přínosů má i ekonomický dopad – podporuje zaměstnanost, rozvoj služeb, cestovní ruch a atraktivitu oblasti Jeseníků.

Závěrem lze konstatovat, že projekt centra KARA, je při respektování doporučených kroků a postupné realizaci – proveditelný a má předpoklady pro úspěšné fungování v dlouhodobém horizontu. Práce přináší praktický návrh řešení, který může sloužit jako výchozí podklad pro další plánování, komunikaci s partnery a přípravu žádostí o podporu z veřejných zdrojů. Centrum KARA tak představuje nejen funkční model inovativní rehabilitační péče, ale i příklad sociálně odpovědného podnikání s významným přesahem pro společnost.

Je však nutné zmínit i limity této práce. Návrh vychází z dostupných dat a expertních výpovědí, nikoli z reálné implementace projektu. Finanční model zatím neobsahuje detailní vyčíslení provozních nákladů a předpokládané personální kapacity jsou založeny na odhadech, které bude nutné dále ověřit v praxi. Návrh se rovněž nezabývá právními aspekty realizace projektu ani neřeší praktické ověření skutečné bezbariérovosti areálu. Přestože je přístupnost jedním z hlavních principů návrhu, bude nezbytné její odborné posouzení nejen z pohledu platných stavebně-technických norem, ale především z hlediska reálné použitelnosti pro osoby s různými typy zdravotního postižení. Důraz by měl být kladen na uživatelskou přívětivost

prostředí v každodenním provozu, ideálně ve spolupráci s cílovou skupinou. Do dalších fází přípravy by proto mělo být zahrnuto nejen ověření bezbariérovosti a funkčnosti návrhu, ale také zpracování právní analýzy provozního modelu, vyčíslení provozních nákladů, sestavení detailního harmonogramu realizace a zvážení možnosti pilotního ověření vybraných služeb či programových formátů, například formou krátkodobého testovacího pobytu.

6 SOUHRN

Tato diplomová práce se zabývá studií proveditelnosti projektu sportovně-rehabilitačního centra KARA, jehož cílem je vytvořit inkluzivní prostředí pro osoby se specifickými potřebami i širokou veřejnost. Centrum by mělo vzniknout v horské oblasti Jeseníků a poskytovat celoroční pobytové, rehabilitační, sportovní a volnočasové služby.

V teoretické části byly zpracovány tematické okruhy týkající se aplikovaných pohybových aktivit, sociální rehabilitace, legislativního rámce, příkladů dobré praxe a specifik letních i zimních outdoorových aktivit přizpůsobených osobám s handicapem. Praktická část práce zahrnovala pohled na konkurenci a poptávku, finanční a dlouhodobé udržitelnost, personální zajištění a management lidských zdrojů, prostorového řešení, programové nabídky, formy sociální rehabilitace a možností spolupráce s partnery i dopadu na místní komunitu.

Klíčovým nástrojem výzkumu byly polostrukturované rozhovory s odborníky z oblasti rehabilitace, sociálních služeb, investic a managementu.

Výsledky výzkumu poukázaly na výrazný potenciál centra KARA jako inovativního zařízení, které by mohlo naplnit chybějící prostor v oblasti propojení rehabilitace, sportu a sociální integrace. Zároveň byly identifikovány výzvy, zejména v oblasti zajištění dlouhodobé finanční udržitelnosti, personálního obsazení a ověření skutečné bezbariérovosti navrženého řešení.

Závěrem lze konstatovat, že centrum KARA může sloužit jako inspirativní model pro další podobné projekty v České republice. Jeho realizace má potenciál významně přispět ke zvyšování kvality života osob se specifickými potřebami a k jejich aktivnímu začlenění do společnosti.

7 SUMMARY

This thesis focuses on a feasibility study of the KARA sports and rehabilitation center project, which aims to create an inclusive environment for people with specific needs as well as the general public. The center is planned to be established in the mountainous region of the Jeseníky Mountains and provide year-round residential, rehabilitation, sports, and leisure services.

The theoretical part of the thesis covers topics such as adapted physical activities, social rehabilitation, the legislative framework, examples of good practice, and the specifics of summer and winter outdoor activities adapted for people with disabilities. The practical part addresses market demand and competition, financial and long-term sustainability, staffing and human resource management, spatial design, program offerings, forms of social rehabilitation, possibilities for partnership collaboration, and the impact on the local community.

The main research method used was semi-structured interviews with experts in rehabilitation, social services, investment, and management.

The findings revealed strong potential for the KARA center as an innovative facility that could fill a gap in connecting rehabilitation, sports, and social integration. At the same time, several challenges were identified, particularly in securing long-term financial sustainability, adequate staffing, and verifying the real-life accessibility of the proposed design.

In conclusion, the KARA center can serve as an inspiring model for similar projects in the Czech Republic. Its implementation has the potential to significantly contribute to improving the quality of life for people with specific needs and to their active inclusion in society.

8 REFEREČNÍ SEZNAM

Active Disability Ireland. (n.d.). *Active Disability Ireland*. Active Disability Ireland. Retrieved April 12, 2024, from https://activedisability.ie/

Active Disability Ireland. (2023). *Active Disability Ireland strategy 2023–2027* [PDF]. Active Disability Ireland. https://activedisability.ie/wp-content/uploads/2023/04/Active-Disability-Ireland-strategy-2023-2027-TEXTONLY.pdf

Adaptive Sports Center. (n.d.). *About us*. Adaptive Sports Center. Retrieved April 12, 2024, from https://www.adaptivesports.org/about-us

Adaptable Outdoors. (n.d.). *About us*. Adaptable Outdoors. Retrieved June 3, 2024, from https://adaptableoutdoors.ca/about/

Alcaraz-Rodríguez, V., Medina-Rebollo, D., Muñoz-Llerena, A., & Fernández-Gavira, J. (2022). Influence of physical activity and sport on the inclusion of people with visual impairment: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(1), 443. https://doi.org/10.3390/ijerph19010443

Amedoro, A., Berardi, A., Conte, A., Pelosin, E., Valente, D., Maggi, G., ... & Galeoto, G. (2020). The effect of aquatic physical therapy on patients with multiple sclerosis: A systematic review and meta-analysis. *Multiple Sclerosis and Related Disorders, 41*, 102022. https://doi.org/10.1016/j.msard.2020.102022

Baglia, J. (2014). *The benefits of cycling: Adaptive cycling and Dandy-Walker syndrome* [PDF]. ASEE North Central Section Conference. Retrieved from https://asee-ncs.org/proceedings/2014/Paper%20files/aseencs2014_submission_109.pdf

Bartels, E. M., Juhl, C. B., Christensen, R., Hagen, K. B., Danneskiold-Samsøe, B., Dagfinrud, H., & Lund, H. (2016). Aquatic exercise for the treatment of knee and hip osteoarthritis. *Cochrane Database of Systematic Reviews, (3)*. https://doi.org/10.1002/14651858.CD005523.pub3

Beitostølen Healthsports Center. (n.d.). *Beitostølen Healthsports Center*. Beitostølen Healthsports Center. Retrieved April 12, 2023, from https://www.bhss.no/om-senteret/beitostoelen-healthsports-center/

Benada, L., & Zvonek, A. (2015). *Handbike cyklista*. Brno: Masarykova univerzita.

Bradley, J. L. (2009). The sports science of curling: A practical review. *Journal of Sports Science & Medicine, 8*(4), 495–500. Retrieved from https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3761524/pdf/jssm-08-495.pdf

Brettschneider, W. D., Naul, R., Armstrong, N., Diniz, J. A., Fröberg, K., Laakso, L., ... & Vanreusel, B. (2004). Study on young people's lifestyles and sedentariness and the role of sport

in the context of education and as a means of restoring the balance. European Commission. Retrieved April 12, 2024, from https://www.academia.edu/114643619/Study_on_young_peoples_lifestyles_and_sedentarinessand_the_role_of_sport_in_the_context_of_education_and_as_a_means_of_restoring_the_balance_Final_report

Brody, L. T., Geigle, P. R., & Geigle, P. (Eds.). (2009). *Aquatic exercise for rehabilitation and training*. Human Kinetics.

Burtscher, M., Federolf, P. A., Nachbauer, W., & Kopp, M. (2019). Potential health benefits from downhill skiing. *Frontiers in physiology*, *9*, 1924. https://doi.org/10.3389/fphys.2018.01924

Centrum Kociánka. (n.d.). *Centrum Kociánka – Služby pro osoby se zdravotním postižením*. Centrum Kociánka. Retrieved March 25, 2025, from https://www.centrumkocianka.cz/

Centrum Paraple. (2024). *Výroční zpráva 2023* [PDF]. Centrum Paraple. Retrieved April 14, 2025, from https://www.paraple.cz/res/archive/083/009743.pdf?seek=1727445907

Community Recreational Initiatives Society. (n.d.). *About us*. Community Recreational Initiatives Society. Retrieved April 12, 2024, from https://crisadaptive.ca/about/

Diaz, R., Miller, E. K., Kraus, E., & Fredericson, M. (2019). Impact of adaptive sports participation on quality of life. *Sports medicine and arthroscopy review*, *27*(2), 73-82. https://doi.org/10.1097/JSA.0000000000000242

Dillon, P., & Oyen, J. (Eds.). (2009). *Kayaking*. Human Kinetics.

Doležalová, H., & Krátký, J. (2013). Běžecké lyžování vozíčkářů venku i vevnitř. *Studia sportiva, 7*(3), 111-117.

Duffield, M. H. (1969). *Exercise in water*. Baltimore: The Williams & Wilkins Company.

Dull, H. (2004). *Watsu: Freeing the body in water*. Trafford Publishing.

Dursun, O. B., Erhan, S. E., Ibiş, E. Ö., Esin, I. S., Keleş, S., Şirinkan, A., ... & Beyhun, N. E. (2015). The effect of ice skating on psychological well-being and sleep quality of children with visual or hearing impairment. *Disability and Rehabilitation, 37*(9), 783-789. https://doi.org/10.3109/09638288.2014.942002

Eagan, N. (2004). The meaning associated with the experience of a sea kayaking adventure among adults with visual impairment. In *Proceedings of the Fourth Social Aspects and Recreation Research Symposium* (pp. 97–104). San Francisco State University. Retrieved from https://www.fs.usda.gov/psw/publications/4902/psw_2004_4902_097_eagan.pdf

Edelsberger, L. (2000). *Defektologický slovník*. H & H.

Eikevåg, S., Forr, M., Aase, K., Aasan, V., Steinert, M., & Aasland, K. E. (2022). New slopes-Designing a motorized cross-country sit-ski to increase accessibility, safety, activity level, and fun for paraplegic cross-country skiers. *DS 118: Proceedings of NordDesign 2022, Copenhagen, Denmark, 16th-18th August 2022*, 1-12. https://doi.org/10.35199/NORDDESIGN2022.27

EUFAPA. (2006). *Stanovy o. s. Evropská federace aplikovaných pohybových aktivit*.

Evropy, R. (1996). *Evropská charta sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby*. Praha: MŠMT.

Evropská komise. (2007). *Bílá kniha o sportu.* Evropská komise. https://www.msmt.cz/sport/bila-kniha-o-sportu

Evropský parlament. (2001). *Evropská charta sportu.* Evropský parlament. https://www.msmt.cz/sport/evropska-charta-sportu

Evropy, R. (1996). Evropská charta sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby. *MŠMT ČR*.

Exerotech. (n.d.). *Homepage*. Exerotech. Retrieved April 21, 2024, from https://www.exerotech.com/

Ferreira, J. P., & Morgulec-Adamowicz, N. (2011). Academic standards for APA professionals in sport: a reflexive approach in Europe. *European Journal of Adapted Physical Activity*, *4*(2).

Fraser, S. D., & Lock, K. (2011). Cycling for transport and public health: A systematic review of the effect of the environment on cycling. *The European Journal of Public Health, 21*(6), 738-743. https://doi.org/10.1093/eurpub/ckq145

Farì, G. (2023). Sports for people with disabilities: A way for rehabilitation and social inclusion. *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation*, *36*(6), 1217-1218. https://doi.org/10.3233/BMR-235004

Fry, J., Mcmahon, N., Hall, P. J., Barron, D. J., Davies, T., Yiannaki, C., & Watkins, C. L. (2017). 'Getting Back Into the Swing of Things': A Qualitative Study Into Barriers and Facilitators to Golf Participation for Stroke Survivors. *International Journal of Golf Science*, *6*(1), 20-34. https://doi.org/10.1123/ijgs.2017-0011

Gamper, U. N., & Lambeck, J. (2009). The bad ragaz ring method. *Aquatic exercise for rehabilitation and training*, 73-100. Retrieved from https://www.inertiatherapy.com/wp-content/uploads/2020/01/CAT3-Chapter-BRRM.pdf

Ginis, K. A. M., van der Ploeg, H. P., Foster, C., Lai, B., McBride, C. B., Ng, K., ... & Heath, G. W. (2021). Participation of people living with disabilities in physical activity: A global perspective. *The Lancet, 398*(10298), 443-455. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01164-8

Griesbach, A. (2023). *Swim Instructor Education for Adaptive and Inclusive Swimming*.

Gold Coast Recreation & Sport Inc. (n.d.). *About us*. Gold Coast Recreation & Sport Inc. Retrieved April 12, 2024, from https://gcrs.com.au/about-us/

Herzog, T., Swanenburg, J., Hupp, M., & Mittaz Hager, A. G. (2018). Effect of indoor wheelchair curling training on trunk control of person with chronic spinal cord injury: a randomised controlled trial. *Spinal cord series and cases*, *4*(1), 26. https://doi.org/10.1038/s41394-018-0057-8

Hillier, S., & Worley, A. (2015). The effectiveness of the Feldenkrais method: A systematic review of the evidence. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2015*. https://doi.org/10.1155/2015/752160

Hodaň, B., & Dohnal, T. (2005). *Rekreologie* (1st ed.). Olomouc: Hanex.

Hughes, L. (2021). A review of the existing literature on the positive and negative aspects of sports on the psychology of people. *International Journal of Multidisciplinary and Current Educational Research (IJMCER, 3*(3), 327-331. Retrieved from https://www.ijmcer.com/wp-content/uploads/2021/06/IJMCER_JJ0330327331.pdf

Hulteen, R. M., Smith, J. J., Morgan, P. J., Barnett, L. M., Hallal, P. C., Colyvas, K., & Lubans, D. R. (2017). Global participation in sport and leisure-time physical activities: A systematic review and meta-analysis. Preventive medicine, 95, 14-25. https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.11.027

International Paralympic Committee. (n.d.). *Snowboard*. International Paralympic Committee. Retrieved April 22, 2024, from https://www.paralympic.org/snowboard

James, L., Shing, J., Mortenson, W. B., Mattie, J., & Borisoff, J. (2018). Experiences with and perceptions of an adaptive hiking program. *Disability and Rehabilitation, 40*(13), 1584-1590. https://doi.org/10.1080/09638288.2017.1302006

Janečka, Z., Ješina, O., Vyskočil, T., & v Olomouci, F. T. K. U. P. (2010). Příprava na sjezdové lyžování žáků se zrakovým postižením. *Tělesná výchova a sport mládeže*, *76*(5), 32-35.

Janské Lázně. (n.d.). *Janské Lázně – Léčebné lázně v srdci Krkonoš*. Janské Lázně. Retrieved March 25, 2025, from https://www.janskelazne.com/

Jarošová, E., Vařeková, J., Pokuta, J., & Panáčková, M. (2016). Vliv půlroční pohybové intervence a nutriční edukace na redukci hmotnosti u jedinců po poškození míchy. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, *7*(1), 63-71. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/318100421_Vliv_pulrocni_pohybove_intervence_a_nutricni_edukace_na_redukci_hmotnosti_u_jedincu_po_poskozeni_michy

Ješina, M. O., & Wilder, M. V. (2012). Využití her s lany, nízkých lanových překážek a překážkových drah pro osoby se zdravotním postižením. *Integrace–Jiná cesta VII*, 51.

Jespersen, E. (2008). Peers as resources for learning: A situated learning approach to adapted physical activity in rehabilitation. *Adapted Physical Activity Quarterly, 25*(3), 208-227. https://doi.org/10.1123/apaq.25.3.208

Ji, A. (2024). The influence of figure skating on the central nervous system, social wellbeing, and mental health. *International Journal of High School Research, 6*(1), Article 8. Retrieved from https://terra-docs.s3.us-east-2.amazonaws.com/IJHSR/Articles/volume6-issue1/IJHSR_2024_61_8.pdf

Joelette and Co. (n.d.). *Joelette and Co*. Joelette and Co. Retrieved April 30, 2024, from https://www.joeletteandco.com/

Kamioka, H., Tsutani, K., Okuizumi, H., Mutoh, Y., Ohta, M., Handa, S., ... & Honda, T. (2010). Effectiveness of aquatic exercise and balneotherapy: A summary of systematic reviews based on randomized controlled trials of water immersion therapies. *Journal of Epidemiology, 20*(1), 2-12. https://doi.org/10.2188/jea.JE20090030

Johnson, C. C. (2009). The benefits of physical activity for youth with developmental disabilities: a systematic review. *American journal of health promotion*, *23*(3), 157-167. https://doi.org/10.4278/ajhp.070930103

Kalina, L. V., Kolmakov, V. I., Verigo, L. I., Kartavtzeva, A. I., & Chernyakova, S. N. (2024). Biological and medical aspects of training and competition activity in sledge hockey. *Journal of Siberian Federal University. Biology, 17*(1), 5–18. Retrieved from https://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/fI9GY?_s=cLxJ4v3lCwI%2BNMZHrqXC4B1350g%3D

Khruakhorn, S., & Chiwarakranon, S. (2021). Effects of hydrotherapy and land-based exercise on mobility and quality of life in patients with knee osteoarthritis: a randomized control trial. *Journal of physical therapy science*, *33*(4), 375-383. https://doi.org/10.1589/jpts.33.375

Kinczel, A., Maklári, G., & Müller, A. (2020). Recreational activities and motivation among young people. *Geosport for Society, 12*(1), 53-65. https://doi.org/10.30892/gss.1206-059

Kim, K., Compton, D. M., & Robb, G. M. (2011). Increasing the self-efficacy of individuals with a disability through a theory-based curriculum applied to playing golf. https://doi.org/10.1515/ijdhd.2011.020

Kremláčková, A. (2023). Overview of sports compensatory aids for people with disabilities in the.

Kudlacek, M., & Barrett, U. (2011). Adapted physical activity as a profession in Europe. *European Journal of Adapted Physical Activity*, *4*(2).

Kvasnička, J. (2012). *Metodika výuky lyžování na mono-ski* [PDF]. Centrum APA, Univerzita Palackého v Olomouci. Retrieved from https://apa.upol.cz/images/Kvasnicka-Metodika_mono-ski.pdf

Labbé, D., Miller, W. C., & Ng, R. (2019). Participating more, participating better: Health benefits of adaptive leisure for people with disabilities. *Disability and Health Journal, 12*(2), 287-295. https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2018.11.007

Laukkanen, J. A., Kunutsor, S. K., Ozemek, C., Mäkikallio, T., Lee, D. C., Wisloff, U., & Lavie, C. J. (2019). Cross-country skiing and running's association with cardiovascular events and all-cause mortality: A review of the evidence. *Progress in Cardiovascular Diseases, 62*(6), 505-514. https://doi.org/10.1016/j.pcad.2019.09.001

Lastuka, A., & Cottingham, M. (2016). The effect of adaptive sports on employment among people with disabilities. *Disability and rehabilitation*, *38*(8), 742-748. https://doi.org/10.3109/09638288.2015.1059497

Lázně Velké Losiny. (n.d.). *Lázně Velké Losiny – Termální lázně v Jeseníkách*. Lázně Velké Losiny. Retrieved March 25, 2025, from https://www.lazne-losiny.cz/

Lee, B. A., & Oh, D. J. (2013). The effects of health perception on living health belief, living satisfaction and wellbeing-oriented activities according to swimming participation with middle-aged women. *Journal of exercise rehabilitation*, *9*(3), 381. https://doi.org/10.12965/jer.130047

Linhart, J. (2002). *Slovník cizích slov pro nové století: Základní měnové jednotky, abecední seznam chemických prvků, jazykovědné pojmy*. Dialog.

Lirgg, C. D., Dibrezzo, R., Gray, M., & Esslinger, T. (2011). The effect of climbing wall use on the grip strength of fourth-grade students. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *82*(2), 350-354. https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599763

Lipno.info. (n.d.). *Lipno bez bariér*. Lipno.info. Retrieved March 25, 2025, from https://www.lipno.info/zazitky/lipno-bez-barier.html

Martin, J. (1981). The Halliwick method. *Physiotherapy*, *67*(10), 288-291.

May-West, E. M., Craig, P. J., & Wilder, A. (2018). The Meaning of Cross-Country Skiing for Persons with Significant Visual Impairment: A Phenomenological Study. *Therapeutic Recreation Journal*, *52*(4). https://doi.org/10.18666/TRJ-2018-V52-I4-9033

Mazzoni, E. R., Purves, P. L., Southward, J., Rhodes, R. E., & Temple, V. A. (2009). Effect of indoor wall climbing on self-efficacy and self-perceptions of children with special needs. *Adapted Physical Activity Quarterly*, *26*(3), 259-273. https://doi.org/10.1123/apaq.26.3.259

McAvoy, L. H., & Schleien, S. J. (2001). Inclusive outdoor education and environmental interpretation. *Taproot: A Journal of Outdoor Education, 13*(1), 11–16. Retrieved April 11, 2024, from https://digitalcommons.cortland.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1191&context=taproot

Monoski.info. (n.d.). *Základní informace*. Monoski.info. Retrieved March 25, 2025, from https://www.monoski.info/2011-12-13-23-15-30/zakladni-informace

Miller, M., Kaitz, E., Alexander, M. A., & Matthews, D. J. (2015). Adaptive sports and recreation. *Pediatric Rehabilitation Principles and Practice, 5th ed. New York, NY: Demos Medical*, 196-216.

Mira, T., Costa, A. M., Jacinto, M., Diz, S., Monteiro, D., Rodrigues, F., ... & Antunes, R. (2023). Well-being, resilience and social support of athletes with disabilities: A systematic review. *Behavioral Sciences, 13*(5), 389. https://doi.org/10.3390/bs13050389

Monforte, J., Smith, B., & Bennett, T. (2021). Benefits, barriers, and facilitators to golf participation among disabled people: Identifying opportunities to increase uptake and foster inclusion. *International Journal of Golf Science, 10*(1).

Mueller, T., Ruedl, G., Ernstbrunner, M., Plachel, F., Fröhlich, S., Hoffelner, T., ... & Ernstbrunner, L. (2019). A prospective injury surveillance study on ski touring. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine, 7*(9), 2325967119867676. https://doi.org/10.1177/2325967119867676

Murray, A. D., Daines, L., Archibald, D., Hawkes, R. A., Schiphorst, C., Kelly, P., ... & Mutrie, N. (2016). The relationships between golf and health: A scoping review. *British Journal of Sports Medicine*. https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096625

Nasuti, G., & Temple, V. A. (2010). The risks and benefits of snow sports for people with disabilities: a review of the literature. *International journal of rehabilitation research*, *33*(3), 193-198. https://doi.org/10.1097/MRR.0b013e32833638a5

Neuman, J., Brtník, J., Ďoubalík, P., Šafránek, J., Vomáčko, L., & Vomáčková, S. (2000). *Turistika a sporty v přírodě: přehled základních znalostí a dovedností pro výchovu v přírodě*. Portál.

Normann, T., Sandvin, J. T., & Thommesen, H. (2004). *A holistic approach to rehabilitation*. Kommuneforlaget.

Novosad, L. (2000). *Základy speciálního poradenství*. Praha: Portál.

Oh, H., Johnson, W., & Syrop, I. P. (2019). Winter adaptive sports participation, injuries, and equipment. *Sports medicine and arthroscopy review*, *27*(2), 56-59. https://doi.org/10.1097/JSA.0000000000000236

Oja, P., Titze, S., Bauman, A., De Geus, B., Krenn, P., Reger-Nash, B., & Kohlberger, T. (2011). Health benefits of cycling: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 21*(4), 496-509. https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2011.01299.x

Organizace spojených národů. (2006). *Úmluva o právech osob se zdravotním postižením*.

Pásková, M., & Zelenka, J. (2002). *Výkladový slovník cestovního ruchu*. Ministerstvo pro místní rozvoj.

ParaCENTRUM Fenix. (2024). *Výroční zpráva 2023* [PDF]. ParaCENTRUM Fenix. Retrieved April 30, 2025, from https://pcfenix.cz/o-fenixu/dokumenty/

Parrish, A. M., Tremblay, M. S., Carson, S., Veldman, S. L., Cliff, D., Vella, S., ... & Okely, A. D. (2020). Comparing and assessing physical activity guidelines for children and adolescents: A systematic literature review and analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 17*(1), 1-22. https://doi.org/10.1186/s12966-020-0914-2

Patten, S. B., Williams, J. V., Lavorato, D. H., & Bulloch, A. G. (2013). Recreational physical activity ameliorates some of the negative impact of major depression on health-related quality of life. *Frontiers in psychiatry*, *4*, 22. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2013.00022

Pröbstl-Haider, U., & Lampl, R. (2017). From conflict to co-creation: Ski-touring on groomed slopes in Austria. In *Co-creation and well-being in tourism* (pp. 69-82). https://doi.org/10.1007/978-3-319-44108-5_6

Rehabilitace.cz. (n.d.). *Rehabilitace.cz*. Retrieved March 25, 2025, from https://www.rehabilitace.cz/

Renotiérová, M. (2002). *Somatopedické minimum*. Univerzita Palackého.

Røe, C., Dalen, H., Lein, M., & Bautz-Holter, E. (2008). Comprehensive rehabilitation at Beitostølen Healthsports Centre: Influence on mental and physical functioning. *Journal of Rehabilitation Medicine, 40*(6), 410-417. https://doi.org/10.2340/16501977-0179

Ruedl, G., Pocecco, E., Kopp, M., & Burtscher, M. (2015). Verletzungshäufigkeit und Unfallursachen beim Pistentourengehen–Eine Pilotstudie. *Sportverletzung· Sportschaden, 29*(1), 46-50. https://doi.org/10.1055/s-0034-1399181

Ruhrabyně.cz. (n.d.). *RuHRA – Centrum rehabilitace a aktivního života*. Ruhrabyně.cz. Retrieved March 25, 2025, from https://www.ruhrabyne.cz/

Sarrazin, P., Roberts, G., Cury, F., Biddle, S., & Famose, J. P. (2002). Exerted effort and performance in climbing among boys: The influence of achievement goals, perceived ability, and task difficulty. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 73*(4), 425-436. https://doi.org/10.1080/02701367.2002.10609042

Scifo, L., Borrego, C. C., Monteiro, D., Matosic, D., Feka, K., Bianco, A., & Alesi, M. (2019). Sport intervention programs (SIPs) to improve health and social inclusion in people with

intellectual disabilities: A systematic review. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology, 4*(3), 57. https://doi.org/10.3390/jfmk4030057

SC Nové Město na Moravě. (n.d.). *SC Nové Město na Moravě*. SC Nové Město na Moravě. Retrieved March 25, 2025, from http://www.scnb.cz/

Sedláčková, V. (2011). Cykloturistika vozíčkářů na Jesenicku.

Serbus, L., et al. (1981). *Teorie pohybové rekreace.* Státní pedagogické nakladatelství UK.

Schlemmer, P., & Schnitzer, M. (2023). Ski touring on groomed slopes and the COVID-19 pandemic as a potential trigger for motivational changes. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*. https://doi.org/10.1016/j.jort.2021.100413

Sieber, P. (2004). *Studie proveditelnosti (Feasibility Study): Metodická příručka* [PDF]. Retrieved April 4, 2024, from https://www.dotaceeu.cz/getmedia/c4772855-8ffc-4036-97fc-2d7caa1ad86e/1136372156-zpracov-n-studie-proveditelnosti.pdf

Sherrill, C. (2004). *Adapted physical activity, recreation and sport: Crossdisciplinary and lifespan* (6th ed.). WCB/McGraw-Hill.

Sherrill, C. (2007). The passion of science: Research and creativity in adapted physical activity. *Sobama Journal, 12*(1), 1-5.

Sládková, P. (2021). *Sociální a pracovní rehabilitace*. Charles University in Prague, Karolinum Press.

Slepičková, I. (2000). *Sport a volný čas*. Karolinum.

Soulek, I., & Martínek, K. C. (2000). *Cyklistika* (1st ed.). Praha: Grada.

SPASTIC Handicap o.p.s. (n.d.). *Národní soutěž SH*. SPASTIC Handicap o.p.s. Retrieved March 25, 2025, from https://www.spastic.cz/udalosti/narodni-soutez-sh

Sportability. (n.d.). *O nás*. Sportability. Retrieved March 25, 2025, from https://www.sportability.cz/#tm-about

Standal, Ø. F., Nyquist, T. E. H., & Mong, H. H. (2018). Adapted physical activity professionals in rehabilitation: An explorative study in the Norwegian context. *Adapted Physical Activity Quarterly*, *35*(4), 458-475. https://doi.org/10.1123/apaq.2017-0128

Světová zdravotnická organizace. (2001). *Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví: MKF* (české vydání). Grada Publishing.

Teplý, Z. (1969). *Pohybová rekreace: Určeno pro posl. fak. tělesné výchovy a sportu*. SPN.

Thicke, T. (2009). Adaptive hiking: Visions of possibility. *Occupational Therapy Now, 11*(4), 20-22.

Thorslund, E., & Rosberg, S. (2024). The meaning of adapted ice-skating for children and youths with disabilities. *Disability and Rehabilitation*, *46*(24), 5914-5926. https://doi.org/10.1080/09638288.2024.2317998

Ullenhag, A., Imms, C., Anaby, D., Kramer, J. M., Girdler, S., Gorter, J. W., ... & Granlund, M. (2024). How can we reach long-lasting inclusive participation for all? A vision for the future. *Child: Care, Health and Development*, *50*(2), e13249. https://doi.org/10.1111/cch.13249

Válková, H. (2012). Teorie aplikovaných pohybových aktivit pro užití v praxi I.

Vernillo, G., Pisoni, C., & Thiébat, G. (2018). Physiological and physical profile of snowboarding: A preliminary review. *Frontiers in Physiology, 9*, 770. https://doi.org/10.3389/fphys.2018.00770

Vodní turistika – metodický kurz [PDF]. (n.d.). Fakulta sportovních studií MU. Retrieved from https://www.fsps.muni.cz/sdetmivpohode/kurzy/vodnituristika/tisk.pdf

Vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných. (2016). *Sbírka zákonů České republiky*.

Waller, B., Ogonowska-Słodownik, A., Vitor, M., Rodionova, K., Lambeck, J., Heinonen, A., & Daly, D. (2016). The effect of aquatic exercise on physical functioning in the older adult: A systematic review with meta-analysis. *Age and Ageing, 45*(5), 593-601. https://doi.org/10.1093/ageing/afw102

Walsh, S. F., & Scharf, M. G. (2014). Effects of a recreational ice skating program on the functional mobility of a child with cerebral palsy. *Physiotherapy Theory and Practice*, *30*(3), 189-195. https://doi.org/10.3109/09593985.2013.863414

Whistler Adaptive. (n.d.). *Whistler Adaptive*. Whistler Adaptive. Retrieved April 12, 2024, from https://whistleradaptive.com/

World Health Organization. (2024, April 22). *Rehabilitation*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/rehabilitation

World Health Organization. (2024, June 26). *Physical activity*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity

Youngson, L., Foster, C., & Lambert, J. (2023). The physical and mental health benefits of lifestyle sports for disabled people: a scoping review. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, *6*(1), 60-81 https://doi.org/10.33438/ijdshs.1197978

Yuan, W.-X., Liu, H.-B., Gao, F.-S., Wang, Y.-X., & Qin, K.-R. (2016). Effects of 8week swimming training on carotid arterial stiffness and hemodynamics in young overweight adults. *Biomedical Engineering Online, 15*, 151. https://doi.org/10.1186/s12938-016-0274-y

Zabrinskie, R. B., Lundberg, N. R., & Groff, D. G. (2005). Quality of life and identity: the benefits of community-based therapeutic recreation and adaptive sports program. *Therapeutic Recreation Journal*, *39*(3), 176. Retrieved from https://bctra.org/wp-content/uploads/tr_journals/971-3804-2-PB.pdf

Zákon č. 115/2001 Sb., o podpoře sportu. (2001). *Sbírka zákonů České republiky*.

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. (2006). *Sbírka zákonů České republiky*.

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). (2004). *Sbírka zákonů České republiky*.

Zarzoso, M., Llana, S., & Pérez-Soriano, P. (2010). POTENTIAL NEGATIVE EFFECTS OF CHLORINATED SWIMMING POOL ATTENDANCE ON HEALTH OF SWIMMERS AND ASSOCIATED STAFF. *Biology of sport*, *27*(4). Retrieved from https://core.ac.uk/download/pdf/25951769.pdf

Zhang, G., Poulsen, D. V., Lygum, V. L., Corazon, S. S., Gramkow, M. C., & Stigsdotter, U. K. (2017). Health-promoting nature access for people with mobility impairments: a systematic review. *International journal of environmental research and public health*, *14*(7), 703. https://doi.org/10.3390/ijerph14070703

9 PŘÍLOHY

9.1 Vyjádření etické komise

Fakulta
tělesné kultury

Vyjádření Etické komise FTK UP

Složení komise: doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D. – předsedkyně
Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.
Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.
Mgr. Filip Neuls, Ph.D.
prof. Mgr. Erik Sigmund, Ph. D.
doc. Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph. D.
Mgr. Jarmila Štěpánová, Ph.D.

Na základě žádosti byl projekt výzkumné práce

Autor (hlavní řešitel): **Alena Krejčí**
s názvem
Projekt inkluzivně sportovně rekreačního zařízení – centrum KARA

schválen Etickou komisí FTK UP pod jednacím číslem: **21 / 2025**
dne: **14. 1. 2025**

Etická komise FTK UP zhodnotila předložený projekt a **neshledala žádné rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnicemi pro výzkum zahrnující lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu etické komise.

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury
Komise etická
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc

za etickou komisi FTK UP
doc. Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph.D.
člen komise

Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc | T: +420 585 636 009
www.ftk.upol.cz