

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské výchovy



Studijní obor: Sociální pedagogika

Mezigenerační vztahy

Projekt pro seniory a děti z mateřské školy

Bakalářský projekt

Lenka Hamplová

Vedoucí projektu: Mgr. Milena Öbrink Hobzová, Ph. D.

Olomouc 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářský projekt vypracovávala samostatně, pracovala jsem podle uvedených parametrů a použila jsem jen uvedenou literaturu.

V Olomouci, dne 6. 4. 2021

.....
Hamplová Lenka

Poděkování

Chtěla bych poděkovat především své vedoucí bakalářského projektu Mgr. Mileně Öbrink Hobzové, Ph. D., za odbornou pomoc, trpělivost a rady při tvorbě bakalářského projektu. Děkuji za její přístup a pochopení po celou dobu mého studia.

Dále děkuji vedoucím všech organizací, které mi poskytly informace a rady do mého projektu.

Děkuji i své rodině za jejich pochopení, podporu a poskytnutí zázemí po celou dobu mého studia.

Obsah

Obsah.....	4
Úvod.....	6
1 Domov odpočinku ve stáří	8
1. 1 Představení domova odpočinku	9
1. 2 Charakteristika služeb	10
2. Mateřská škola Rýmařov.....	11
2.1 Představení MŠ Revoluční	11
2.2 ŠVP mateřské školy Rýmařov.....	12
3. Důležité pojmy	13
3.1 Charakteristika vývoje dětí v předškolním věku.....	13
3.2 Stárnutí a stáří	14
3.3 Mezigenerační solidarita a vztahy.....	17
3.4.1 Chování mladých k seniorům.....	18
3.4 .2 Chování seniorů k mladým lidem	19
4. Charakteristika projektu	20
4.1 Cíl projektu.....	20
4.2 Současný a plánovaný stav.....	21
4.3 Swot analýza	21
4. 3.1 Mateřská škola.....	21
4. 3. 2 Domov seniorů	23
4.4 Finanční a materiální zajištění.....	25
5. Harmonogram projektu	26
Září	26
Říjen	27
Listopad.....	27
Prosinec	28
Leden.....	28
Únor.....	29
Březen	30
Duben	31
Květen	31
Červen	32
Závěr	33
Bibliografie	34

Příloha 1 Tří královská koruna.....	36
Příloha 2 Sněhulák	37
Příloha 3 Srdíčko na špejli	38

Úvod

Problém vztahů mezi generacemi pozorujeme v každé době a také v naší minulosti. Dnes je téma mezigeneračních vztahů většinou podceňováno. Naše společnost se v posledních desítkách let výrazně změnila. Rychlý vývoj moderních technologií a postupů ovlivnil i vztahy mezi lidmi. Změnila se i komunikace mezi lidmi a také i jejich soužití zaznamenalo velké změny. Je proto asi logické, že se rozdíly mezi generacemi nezmenšily, ale spíše naopak. Staří a mladí lidé spolu často nevycházejí, mají konflikty a mnohá nedorozumění končí i jejich rozchodem.

Je samozřejmé, že stará i mladá generace má zcela odlišné názory na způsob života. Staří lidé ve svém věku už mají leccos za sebou, mají zkušenosti, dodržují svoje pravidla a zvyky. Je pro ně jistě obtížné přijmout jakékoliv změny, které nechápou, mají z nich obavy, možná jim nevěří nebo s nimi i nesouhlasí. Proto se většinou stává, že si tito lidé stěžují na mladou generaci. Ta naopak změny vítá a prosazuje. Nové a zajímavé věci mladé lidi přitahují, lehce se jim přizpůsobují a bez problémů je používají. I měnící se vztahy v soužití mezi lidmi jim nevadí.

Problém je v komunikaci. Mladí neradi poslouchají rady starších a starší naopak velmi neradi připouštějí moderní změny ať už v technice nebo ve vztazích. Lpějí na svých zásadách, a tak obvykle novoty kritizují a odmítají. Je důležité s nimi mluvit, ukázat jim přednosti modernizace, mít trpělivost a snahu komunikaci zlepšit. A to na obou stranách. Nebýt zbytečně tvrdohlaví, vyslechnout a přijmout i názory druhých, nezapomínat na vzájemnou úctu a respekt. Doba i život v ní se stále mění.

Protože téma vnímám jako aktuální, předkládám tento projekt, který se zaměřuje na mezigenerační vztahy. Jeho cílem je vytvořit aktivity, které mohou společně prožívat jak senioři, tak děti. Snahou je, aby se navzájem senioři a děti pochopili.

V teoretické části mé práce se věnuji charakteristice zařízení, pro která je projekt určen. Tato zařízení jsou dvě: Domov odpočinku ve stáří v Dolní Moravici a Mateřská škola v Rýmařově. Zároveň zde vysvětlím základní pojmy, které se týkají celé práce, jako je problematika stáří a mezigeneračních vztahů.

Ve druhé, praktické, části projektu popíšu aktivity, které spolu budou prožívat obyvatelé Domova odpočinku ve stáří v Dolní Moravici a děti z mateřské školy v Rýmařově. Aktivity se budou konat jednou za měsíc. Doufám, že se účastníci seznámí a navážou pro obě strany výhodné vztahy, které budou pokračovat i dále. Nová vzájemná setkání by mohla zlepšit porozumění mezi generacemi.

1 Domov odpočinku ve stáří

Domov odpočinku ve stáří v Dolní Moravici je domov seniorů, se kterým budu spolupracovat ve svém projektu. Patří mezi důležitá zařízení v regionu okresu Bruntál. Tento domov seniorů spadá pod Diakonii ČCE. Středisko Diakonie provozuje svou činnost v Rýmařově již od roku 1993. Posláním střediska je podporovat člověka znevýhodněného stářím, mentálním či tělesným postižením, pomáhat mu dosáhnout nebo udržet stav tělesného, duševního a sociálního zdraví, pohody a souladu s prostředím, v němž žije. (Nyíri, 2020)

Toto středisko v Rýmařově poskytuje následující služby:

- pečovatelská služba
- osobní asistence
- týdenní stacionář
- domov odpočinku ve stáří
- domov odpočinku ve stáří se zvláštním režimem
- sociálně terapeutické dílny
- ošetrovatelskou péčí. (Nyíri, 2020)

1. 1 Představení domova odpočinku

Domov odpočinku ve stáří je pobytová služba. Je určena pro seniory, kteří potřebují pomoc od druhých, a proto nemohou bydlet sami ve svém obydlí. V tomto domově se snaží vytvořit příjemnou atmosféru tak, aby se jeho obyvatelé cítili jako u nich doma. Posláním tohoto domova je „poskytnout zázemí a celoroční pobyt, péči a podporu v každodenních činnostech, pocit bezpečí a důstojnosti seniorům v domácím prostředí, kteří nemohou svou sociální situaci řešit vlastními silami v přirozeném prostředí za pomoci rodinných příslušníků či jiných služeb“ (Nyíri, 2020).

Každý senior si tu svůj volný čas může trávit podle svého: sledováním televize, čtením, posloucháním hudby anebo mohou něco vyrábět, a tak využít i terapeutické dílny, kde mohou pracovat i s jinými lidmi a nejen sami. (Nyíri, 2020)

Cílová skupina této služby jsou převážně senioři, kteří dovršili věku 65 let. Ale výjimečně jsou služby také určeny pro lidi v předseniorském věku od 50 let, kteří mají omezenou soběstačnost a jejichž situace je taková, že potřebují fyzickou pomoc někoho jiného. V domově seniorů se dělí starší lidé podle věkové kategorie.

- Dospělí 50 - 64 let
- Mladší senioři 65 - 80 let
- Starší senioři nad 80 let

Cílem služby je poskytovat péči a podporu pro seniory, kteří mají nízkou soběstačnost z důvodů věku nebo zdravotního stavu. Dále se snaží pomáhat a podporovat seniory tak, aby byla zachována jejich lidská důstojnost. Nejdůležitějším cílem je ovšem podpora seniorů v tom, aby si zachovali vztahy se svojí rodinou, aby udržovali své tradice a zájmy. Do cílové skupiny nepatří osoby se smyslovým postižením (hluchoněmí, nevidomí, hluchoslepí), také osoby závislé na některých návykových látkách, osoby, které jsou duševně i fyzicky soběstačné a jiné. (Nyíri, 2020)

Nejdůležitějším principem v této službě je individuální přístup, partnerství a ochrana práv. Dalšími zásadami jsou například: princip respektu, důstojnosti, podpora samostatnosti, soběstačnosti a flexibilita. (Nyíri, 2020)

1. 2 Charakteristika služeb

Diakonie v Rýmařově zajišťuje pro své klienty více služeb. Některé z nich si můžeme také představit.

Pečovatelská služba je zaměřena na seniory, kteří chtějí zůstat co nejdéle ve svém obydlí, ale zároveň při některých běžných činnostech potřebují pomoc. Proto do jejich domů pravidelně dojíždí pečovatelka z diakonie. Pomáhá jim například s hygienou, s úklidem, nebo jim doveze oběd, zajistí pochůzky a podobně.

Osobní asistence je zaměřena na seniory s postižením nebo s Alzheimerovou chorobou. Osobní asistent je pracovník, který těmto lidem pomůže při vaření nebo při jiných běžných věcech, se kterými potřebují tito lidé pomoci. Na rozdíl od pečovatelské služby tato osobní asistence není určena časem a ani tím, co smí nebo nesmí dělat. Je to jen na domluvě mezi klientem a pracovníkem. (Nyíri, 2020)

Ošetrovatelská služba je podobná pečovatelské. Při této službě dojíždí zkušení pracovníci za seniory domů, aby jim mohli provést odběr krve, podávat léky a infuze nebo ošetřit a převázat různá zranění, pohmožděniny, otoky a tak podobně.

Týdenní stacionář je určen pro seniory s postižením nebo s demencí, kteří nemohou být sami doma, a proto jsou ubytováni v týdenním stacionáři od pondělí do pátku a na víkendy jezdí domů. Ve stacionáři spolu s pracovníky dělají různé aktivity a akce. (Diakonie, 2020)

2. Mateřská škola Rýmařov

V Rýmařově se nacházejí čtyři mateřské školy. Zřizovatelem mateřské školy je město Rýmařov.

- MŠ Revoluční
- MŠ Jelínkova 3
- MŠ 1. máje
- MŠ Janovice
- Ředitelka MŠ Božena Jarošová tel: 732 786 713, e-mail: reditelstvi@msrymarov.cz
- Zástupkyně ředitelky MŠ Bc. Martina Sajbotová tel: 604 378 207, e-mail: sajbotova@msrymarov.cz

Ke svému projektu jsem si vybrala MŠ Revoluční.

2.1 Představení MŠ Revoluční

Škola byla postavena v roce 1977 a je pavilonového typu. Nachází se nedaleko frekventované komunikace blízko místního sídliště Revoluční. Často se jí také říká „U Hasičů“, protože stojí proti budově místních hasičů. K mateřské škole přísluší zahrada pro děti. Je zde malé hřiště se skluzavkami, průlezkami, pískovištěm, houpačkami a altánkem. Děti mohou využít ke svým hrám i různá zákoutí tvořená keři a stromy. (Mateřská škola Rýmařov, 2020)

Ve školce jsou dvě třídy – Veverky a Zajíčci. Jsou zde děti smíšené věkové kategorie. Kapacita je 25 dětí.

Personál je složen ze čtyř pedagogických pracovníků, které jsou zaměstnány na plný úvazek. Dále zde pracují dvě školnice, jedna uklízečka a jedna pracovníce pro výdej stravy.

Kontakt:

- Mateřská škola: 603 386 996
- třída „Zajíčci“ 773 756 081
- třída „Veverky“ 773 756 082
- e-mail: msrevolucni30@seznam.cz

Heslo školky

„Neotvírejte dětem dveře, ale pomozte jim najít ten správný klíč, aby si je otevřely samy.“ (Mateřská škola Rýmařov, 2020)

2.2 ŠVP mateřské školy Rýmařov

Školní vzdělávací program má název „Svět kolem nás“. Jeho platnost trvá od 1.9. 2017, ovšem některé části programu mohou být aktualizovány.

Je vypracován jednotně pro všechny mateřské školy v Rýmařově v souladu s RVP PV. Charakteristika vzdělávacího programu je postavena na základě doporučených osnov. Ve všech školách a třídách paní učitelky dohlížejí na správné poskytování prostředí, které je vhodné pro hry, učení a vývoj dítěte. Zaměřují se a podporují různé zkušenosti a činnosti dětí, které by mohly přispět k jejich citovému, sociálnímu i tělesnému vývoji. Dětem, které potřebují individuální plán, je vyhověno a paní učitelky k nim mají specifický přístup. (Mateřská škola Rýmařov, 2020)

3. Důležité pojmy

3.1 Charakteristika vývoje dětí v předškolním věku

Děti, které jsou ve věku od 3 do 6 let, jsou děti takzvané předškolního věku. Toto období je často označováno, jako období rozkvětu a hry. Děti si rády, systematicky a cíleně hrají, což napomáhá k jejich zdravému vývoji. U dětí v takovém věku je znát potřeba socializace dítěte a celkové osamostatnění. Dítě se dokáže samo najíst, obléct a vykonat úkony každodenní hygieny. V tomto věku dochází ke zrychlení růstu dítěte. Dochází k růstu dlouhých kostí a výraznému nárůstu svalové hmoty. V téhle fázi života je velice ohrožena páteř dítěte a osvojení špatných pohybových stereotypů. Proto je důležitá pravidelná pohybová aktivita dítěte a občasné protažení. (Koťátková, 2008)

Předškolní období zahrnuje širokou škálu změn, ať už fyzických, sociálních nebo psychických. Nyní se zaměříme na základní charakteristiku věkových zvláštností těchto dětí.

Motorika

Při vývoji motoriky se navazuje na základy položené v období batolete. Dítě lépe koordinuje své pohyby, nabývá obratnosti rukou, nohou i trupu. Dokáže jít rovně, stát jednu sekundu na jedné noze. V oblasti jemné motoriky se dítě stává zručnější. Neustále se vyvíjí kresba, navléká korálky na nit, dokáže si zavázat tkaničky. (Koťátková, 2008)

Vnímání

Vnímání je důležitý proces pro dítě v předškolním věku. V tomto období je dítě hodně zvědavé a začíná si všímat detailů. Mezi pátým a šestým věkem, dítě už pozná skoro všechny barvy. Jeho sluchové vnímání se zdokonaluje, dokáže rozlišit některé zvuky a napodobit je. Avšak vnímání prostoru je v tomto období pro dítě ještě složité. Nevnímá ani čas a dny, týdny a měsíce mu utíkají pomaleji než dospělým. (Koťátková, 2008)

Myšlení a řeč

Období od tří do šesti let je velmi ovlivněno rozvojem myšlení a řeči. Před nástupem do školy je dítě relativně samostatné, rozezná delší vzdálenosti, učí se souvislostem. S myšlením souvisí samozřejmě i řeč. V tomto období se řeč rozvíjí velmi rychle. Ve třech letech začíná opakovat slova, ale postupně rozšiřuje svoji slovní zásobu. V šesti letech je pak schopno mluvit v jednoduchých i rozvitých větách. Pomoc při učení se a rozšiřování slovní zásoby nám mohou různé říkanky, písničky a pohádky. (Kořátková, 2008)

Sociální vývoj

Období dítěte ve věku od 3 do 6 let, je velmi důležité z hlediska socializace dítěte. Významným znakem je postupné uvolňování vázanosti na rodinu. Dítě ve 3 letech může zahájit docházku do mateřské školy, a většina volnočasových aktivit pro malé jsou také od 3 let. Ukončení závislosti na rodině je podmíněno postupným poznáváním a přijímáním sociálních rolí a osvojení určitých norem chování. Aktivity, které dítě vyvíjí, již nejsou samoúčelné, ale mají svůj význam a umožní dítěti se prosadit ve skupině vrstevníků. (Kořátková, 2008)

3.2 Stárnutí a stáří

Každý autor pojem stárnutí může vysvětlit jinak, ale většina charakterizuje stárnutí jako „celoživotní biologický proces, který je neodvratný a na jehož konci je stáří.“ (Ondrušová, 2011, s. 13) Proces stárnutí je velmi individuální a rozdílný, ale je možné najít i některé společné rysy. (Ondrušová, 2011) Změny stárnoucího jedince postihují všechny roviny a to biologické, sociální a psychologické. Biologické změny se týkají tělesných změn organismu, sociální změny vztahu mezi stárnoucím jedincem, společností a okolím, psychologické změny jsou zaměřeny na zpomalování psychomotorického tempa a zároveň člověk musí přijmout svoji novou roli v rámci stáří. (Ondrušová, 2011)

„Stárnutí a stáří je často charakterizováno jako období ztrát, spojené s mnoha negativními stereotypy, což způsobuje, že seniorům je v současné konzumní společnosti přiřazováno stigma nepotřebnosti a bezcennosti. Tato stigmatizace má dopad nejen na formování postojů společnosti ke starší generaci, ale také na postoje jedinců k jejich vlastnímu stáří a stárnutí, včetně subjektivního vnímání osobní důstojnosti.“ (Kisvetrová, 2019, s. 30)

Postoje k tradicím a náboženství ovlivňují výsledný postoj jedince, ale i společnosti ke stáří a stárnutí. Vytváření pozitivních postojů společnosti k seniorům vede přes respekt, autoritu a toleranci ke starší generaci. Budeme-li však seniory chápat a vnímat jako nevýkonné, nemocné, skeptické a konzervativní jedince, většina lidí ve společnosti k nim bude mít negativní postoj. To potom může ovlivnit i samotné seniory v jejich vlastních názorech ke stáří. Má to samozřejmě vliv na jejich chování, sebeúctu a sebevědomí. Avšak v současné době jsou stereotypy spojené se stárnutím běžné. Velký vliv na pocíťování stárnutí mají i média a tlak společnosti, a to v jedinci může probudit i deprese ze svého stárnutí. Je však na osobním rozhodnutí, zda stárnutí budeme vnímat negativně anebo se budeme snažit najít i pozitivní stránky stárnutí. (Kisvetrová, 2019)

„Stáří je poslední vývojovou etapou, která uzavírá lidský život.“ (Ondrušová, 2011, s. 16) Stáří je důsledek a projev involučního, geneticky podmíněného procesu, který je modifikovaný mnoha faktory jako jsou nemoci, způsob života a jiné. Důležitým ukazatelem, jak je kdo starý, je kalendářní věk. Podle kalendářního věku je za hranici stáří považovaný 60. či 65. rok. Podle zdravotnické organizace WHO můžeme rozdělit stáří na tři etapy:

- 60–74 let = rané stáří
- 75–89 let = vlastní stáří
- 90 a více let = dlouhověkost (Ondrušová, 2011)

Spolu se stářím vznikají také různé problémy, zejména co se týče fyzického a zdravotního stavu. Na stáří působí demografické a socioekonomické vlivy. Sociální status této věkové skupiny ovlivňuje její společnost. Lidé v takovém věku mají status slušnosti. Jejich celoživotní zkušenosti a znalosti jsou považovány za cenné, zejména ve společnostech, kde jsou informace předávány ústně. (Britannica, 2018) Dříve starší generace hrály významnou roli nejen při zajištění bydlení nové rodiny, ale zejména ženy byly výrazně zapojeny do výchovy a péče o vnoučata. Toto zapojení přitom bylo do velké míry „samozřejmé“. (Možný, 1991,1999)

V průmyslových zemích vzniká sklon snižovat postavení starších lidí, jelikož jsou dané země orientovány více technologicky. Jinde je stáří považováno za přínos, zejména na politické scéně. Tam, kde je dán věk pro odchod do důchodu, se mohou lidé, kteří jsou stále schopni pracovat, cítit zbyteční a může to mít vliv na jejich psychický stav a adaptaci na stáří.

Fyziologické účinky stárnutí u jednotlivců se liší. Chronická onemocnění, zejména bolesti jsou však častější než akutní onemocnění. Smyslové a vjemové dovednosti, slabost svalů, paměť mají tendenci s věkem slábnout. Co se ale týče inteligence, neexistují žádné důkazy, že ta by se s věkem snižovala. Na inteligenci má vliv vzdělání a životní úroveň. Také sexuální aktivity mají tendenci s rostoucím věkem klesat, ale je-li člověk zdravý, neexistuje věková hranice pro jejich ukončení. (Britannica, 2018)

3.3 Mezigenerační solidarita a vztahy

„Mezigenerační solidarita je porozumění mezi lidmi různých věkových skupin“. (Haškovcová, 2012, s. 117) Můžeme ji popsat také jako schopnost pomoci, podpory a soudržnost generací. Je to stav vzájemné ochoty a porozumění různých věkových skupin, a to nejen v rodině. (Jeřábek, 2013) Avšak v posledních desetiletích postupně klesá, a proto je neformální mezigenerační solidarita, mezi rodinou a sousedy doplňována formálními aktivitami. Proto musíme mezigenerační solidaritu posilovat. (Haškovcová, 2012) Nejde jen o podporu fyzickou, psychickou a finanční, je také nutné udržovat vzájemný kontakt, pochopení nebo citové blízkosti či společné aktivity. (Jeřábek, 2013) Příkladem takového posilování mohou být různé svépomocné skupiny, výchovné akce organizované na základních nebo středních školách, také může pomoci univerzita třetího věku pro prarodiče a vnoučata. Akce organizované v mateřských školách časté nebývají. (Haškovcová, 2012)

Mezigenerační vztahy se tvoří v průběhu celého života, kdy si lidé mezi sebou ve svém okolí tvoří určité vzájemné postoje. Toto na nás působí od narození, aniž si to my sami uvědomujeme. Každý z nás vždy ve vztahu něco dostává a něco dává. Udržení mezigeneračních vztahů je důležité i v životním cyklu, zejména pro malé děti, a hlavně také pro seniory, kteří ve svém věku potřebují oporu mladší generace. (Jeřábek, 2013) „Povaha mezigenerační solidarity se ve všech euro-amerických společnostech mění společně s proměnou rodiny a životního běhu jedince. Česká společnost navíc ještě stále prochází celkovou transformací, a tedy i proměnou hodnot, bez které by společenská změna nebyla možná“ (Rabušic, 2001, s. 9-15).

3.4 Postoj mladých lidí a seniorů

Česká republika je výrazně věkově strukturována a také ateistická oproti jiným státům. Mladí zde končí průměrem ve čtyřicátém roku a stáří začíná v šedesátém roku života. S jednotlivými věkovými skupinami se pojí různé předsudky, sociální status a vyskytuje se i věková diskriminace. Většina Čechů v životě již zažila nedostatek respektu kvůli věku. Tenhle problém se týká zejména mladší nebo starší generace, není tak častý u lidí ve středním věku. Češi obecně navazují málo kontaktů, přátelství a blízkých vztahů napříč generacemi, přičemž vzniká vzájemná mezigenerační neznalost a ageismus.

Diskriminace seniorů a mladých lidí vyplývá z odlišných předsudků vůči těmto věkovým skupinám. Zatím co k mladým lidem pocítujeme závist a relativně málo obdivu, tak k starším nejčastěji soucít, což staví seniory do podřízené role. V České republice vysoká míra soucitu vůči starším závisí zejména na ekonomické situaci země jako celku a seniorů obzvlášť. V zemích, kde se mají senioři finančně lépe, mají vyšší společenské postavení a u společnosti více respektu. Ke zlepšení vztahů mezi věkovými skupinami může přispět zvyšování životní úrovně seniorů. Jestliže bude v lidech pojem stáří evokovat pocit chudoby, bude pro seniory těžké zvrátit své postavení a vydobýt si více respektu a obdivu ve společnosti. Zlepšení životní úrovně by pomohlo seniorům samotným, protože své nízké postavení vnímají, a to může mít dopad na jejich psychickou pohodu a zdravotní stav. (Trusinová, 2013)

3.4.1 Chování mladých k seniorům

V dnešní moderní době jsou mladí lidé zaměřeni na svůj úspěch, kariéru, jsou zdraví a plní energie, proto logicky o stáří moc nepřemýšlejí a neuvažují. Ve svém okolí se však se seniory setkávají a reagují na ně ambivalentně. Většinou pěkný vztah mají se svými seniory v rodině, mezi blízkými známými, ale ostatní neboli cizí senioři jim vadí. Bohužel to projevují dost pestře od většinového přehlížení a podceňování, až po agresi, a to jak slovní, tak někdy i fyzickou. Někteří mladí lidé si

uvědomují, že by měli být ke starým lidem uctíví. Větší šanci k získání sympatie mladších lidí mají senioři, kteří jsou ještě ekonomicky aktivní. (Haškovcová, 2012)

3.4 .2 Chování seniorů k mladým lidem

Starší lidé jsou si vědomi, že jim ubývají síly a že už zdaleka nevládnou velké množství práce v určitém tempu jako dřív. Přesto se ale snaží relativně vyrovnat mladším spolupracovníkům. Senioři jsou většinou rádi, když mohou alespoň část dne strávit mezi mladšími lidmi, v jejich přítomnosti dostávají více energie a optimismu. Avšak někdy názory mladých lidí překvapí seniory i v negativním smyslu. V profesní rovině je to zase tolik netrápí, ale v rodinné sféře je to jinak. Typickým příkladem je nepochopení partnerského soužití. Dnešní senioři si nedokážou představit, že by s partnerem žili nesezdaní nebo že by jejich děti žily v rodině, která není stvrzena svazkem manželským. Za to v dnešní době už je to normální a téměř obvyklé. Senioři se často vyptávají svých dcer a synů, kdy se ožení a kdy budou mít děti. Když se poté senioři dočkají, panuje mezi nimi a vnoučaty vřelý citový vztah. (Haškovcová, 2012)

4. Charakteristika projektu

Projekt je určen pro mateřskou školu Rýmařov a domov seniorů Dolní Moravice. Cílovou skupinou programu jsou děti z MŠ Revoluční a seniory z Domova odpočinku ve stáří v Dolní Moravici. V projektu jde o to, že jednou za měsíc děti navštíví domov seniorů a udělají s nimi různé aktivity. Každá aktivita se bude vázat k tématu daného měsíce, například v měsíci leden je svátek Tří králů a děti se seniory budou dělat aktivitu vztahující se k tomuto svátku. Aktivity a celý projekt je určen pro děti ve věku 5-7 let a pro seniory, kteří jsou soběstační a jsou tedy schopni se do aktivit s dětmi zapojit.

Tento projekt je dobrovolný, může se do něho zapojit jakékoliv dítě a senior. Děti k aktivitám můžeme motivovat třeba tím, že udělají radost seniorům nebo nějakým slovním hodnocením, drobnou odměnou, obrázkem. Některé aktivity jsou odměňovány, což může motivaci dětí podpořit.

4.1 Cíl projektu

Cílem projektu je sblížit generaci dětí a seniorů a zlepšit takhle mezigenerační vztahy.

Navíc využijeme prostory v domově seniorů v době, kdy mají svůj volný čas. Navržené aktivity také zpestří program pro děti navštěvující mateřskou školu Revoluční, ale také seniory, kteří žijí v domově seniorů v Dolní Moravici. Účelem projektu je také nabídnout klientům v domově seniorů další možnosti, jak mohou smysluplně trávit volný čas. Jde o činnosti, které povedou k jejich aktivizaci.

4.2 Současný a plánovaný stav

Domov seniorů v současné době nemá žádné jiné aktivity. Klienti využívají běžné činnosti a své záliby k vyplnění volného času. Sledování televize, četba, procházky v okolí domova, společné sezení a povídání patří ke stálým aktivitám. Nové příležitosti obohatí jejich život, povzbudí jejich psychiku.

Tento projekt by mohl do domova zavést pestřejší činnosti. Děti mohou seniory rozptýlit a povzbudit v nich smysl k životu. Společně strávený čas seniorů a dětí může být nápomocný oběma generacím. Některé děti již třeba prarodiče nemají, a tak poznají nové a mohou si s nimi povídat o čemkoliv. Pro seniory i děti to může být smysluplný a dobře strávený čas.

Projekt nemusí být využitý pouze na jeden školní rok, ale může se opakovat pravidelně. Mohla by tak vzniknout spolupráce i s jinými organizacemi.

4.3 Swot analýza

4. 3.1 Mateřská škola

Silné stránky	Slabé stránky
<ul style="list-style-type: none">• Budova po vnější rekonstrukci• Výhodná pozice budovy (kousek od sídliště)• Nová zahrada v přírodním stylu• Snížený počet dětí ve třídě, možnost individuálního přístupu• Rodinné prostředí v MŠ• Profesionální dovednosti, zkušenosti pracovníků školy• Zařazení do vzdělávacího programu Začít spolu včetně certifikace	<ul style="list-style-type: none">• Zastaralý interiér v budově, nedostatky ve vybavenosti školy• Nákladnost provozu (neinvestiční náklady – náklady na údržbu, opravy, materiální výdaje apod., investiční výdaje)• Nedostatečně vytvořený funkční informační systém školy• Není vytvořen bezbariérový přístup

Příležitosti	Hrozby
<ul style="list-style-type: none"> • Možnost výborné spolupráce se zřizovatelem školy • Možnost rozvoje spolupráce mezi jednotlivými budovami školy • Vstřícnost rodičů majících zájem o užší spolupráci s dalšími rodiči a mateřskou školou • Možnost získání finančních zdrojů nad rámec rozpočtu – projektování za účelem získání materiální či finanční podpory, existence donátorů, sponzorů • Nové trendy a metody ve výuce • Možnost personálního rozvoje pedagogických pracovníků mateřské školy – DVPP • Vytvoření vnitřního informačního systému za spolupráce s místní firmou • Možnost za spolupráce se zřizovatelem provést zaměstnanecký audit pod vedením odborné firmy 	<ul style="list-style-type: none"> • Omezené finanční možnosti zřizovatele (provoz, obnova, rekonstrukce) • Trend snižování dotací státního rozpočtu • Nedostatek kvalifikovaných pedagogů • Nedostatek finančních dotací na zaměstnání odborníků – speciálních pedagogů • Demografické hledisko – celkový úbytek počtu dětí ve městě i okolních obcích • „Stárnoucí město“, minimální pracovní příležitosti • Podíl sociálně slabých rodin ve městě • Malá pomoc OSPODu, nedostatek nástrojů na řešení problémů

4. 3. 2 Domov seniorů

Silné stránky	Slabé stránky
<ul style="list-style-type: none">• Bezbariérovost zařízení• Klidné a přírodní prostředí Domova odpočinku ve stáří• Jednotná sociální dokumentace uživatelů služby• Pracovníci se zájmem podílet se na činnosti a rozvoji zařízení• Nabídka aktivizačních činností, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím• Otevřenost zařízení vůči veřejnosti• Ordinace lékaře, zdravotní sestry přímo v zařízení, spolupráce s odbornými lékaři• Kvalifikovaný tým DoSu, Podpora vzdělávání zaměstnanců, vzdělávací programy, stáže v jiných zařízeních SS• Poskytnutí služby osobám s různou úrovní soběstačnosti• Internetové stránky, brožurky (letáčky) s informacemi• Technické vybavení (výtah, zvedáky, polohovací vany...)• Duchovní podpora uživatelů• Ubytování v prostorných místnostech, zařízených dle přání uživatele• Domácí prostředí• Kvalitní péče a podpora	<ul style="list-style-type: none">• Veřejná doprava, špatné časy spojů• Nedostatek obchodů s potravinami či smíšeným zbožím• Závislost na financování z dotačních programů.• Špatná komunikace s rodinnými příslušníky, příp. opatrovníky• Málo dobrovolníků• Neefektivně využitý volný čas

Příležitosti	Hrozby
<ul style="list-style-type: none"> • Zvyšování vzdělávání a rozvíjení dovedností personálu • Získání finanční podpory od státu • Podpora dobrovolné práce • Demografický vývoj – dostatečné množství uživatelů služby v budoucnu • Podpora v řešení problematiky seniorů 	<ul style="list-style-type: none"> • Nedostatečná finanční podpora (reforma veřejných financí, změny pravidel pro čerpání dotací ze státních rozpočtů atd.) • Nenaplnění standardů kvality poskytované služby • Stárnoucí populace – konzumní život uživatelů, pasivita uživatelů • Zrušení spojů do Dolní Moravice • Snížení počtu zaměstnanců • Nejednoznačný výklad nové právní úpravy sociálních služeb • Zvyšování cen (energie, plyn, voda, potraviny)

Komentář

Ze SWOT analýzy vyplývá, že projekt je realizovatelný. Ukazuje se, že může být pro obě dvě strany přínosný: mateřská škola Revoluční se zapojí do dalších aktivit, které ji učiní atraktivnější pro ty rodiče, kteří mohou váhat s tím, kam umístit své děti do školky. Klienti Domova seniorů v Dolní Moravici získají novou možnost, jak trávit svůj volný čas, zároveň tato spolupráce může být pro toto zařízení určitou formou propagace.

Jedna z hrozeb, proč by nemohl být projekt realizovaný, je právě doba nemoci covid 19, kdy je kvůli tomu domov seniorů zavřený pro návštěvy.

4.4 Finanční a materiální zajištění

Potřebné pomůcky a materiál bude zajišťovat mateřská škola.

Papíry	Špendlíky
Nůžky	Korálky
Lepidlo	Nožík, lžice
Tavnou pistoli	Lisované listy, dýně
Plastelínu	Špejle
Polystyrenové kuličky	
Pastelky, fixy	
Tempery, vodové barvy	

Tabulka – 1 Materiální pomůcky

Finanční

Dopravu zajišťuje soukromá dopravní společnost Jelínek. Náklady na dopravu hradí rodiče.

Náklady na dopravu

Dopravce si za 1 km účtuje 15 Kč. Cesta z Rýmařova do Dolní Moravice je dlouhá 7 km, což je 105 Kč za jednu cestu. Dohromady za obě cesty to dělá 210 Kč. Rodiče tedy přispívají na dopravu 20 Kč za jedno dítě. Zbýlé peníze jim budou vráceny.

1 Km	15 Kč	Celkem
7 Km	105 Kč	210 Kč
1 dítě	20 Kč	240 Kč

Tabulka - 2 Finanční náklady

Personální zajištění

Za mateřskou školu vždy pojedou dva pedagogičtí pracovníci spolu s dětmi. A další dva pracovníci budou z Domova seniorů. Dohromady budou při akci čtyři profesní pracovníci. Tato náplň bude součástí jejich úvazku, a je jen na zaměstnavateli, zda jim udělí i další finanční hodnocení.

5. Harmonogram projektu

Září

Odjezd: 8. 9. 2021 v 8:30

Příjezd do domova: 8. 9. 2021 v 9:00

Doba trvání: 60 min.

Cíl aktivity: Pozorování ptáků v přírodě. Na fotografiích rozlišit ptáky, které děti znají a které ne. Označit ptáky, kteří u nás nežijí.

Senioři si mají s dětmi prohlížet fotografie, povídat si s dětmi, vyprávět svoje zkušenosti a postřehy, zážitky. Tím rozvíjí dětskou fantazii a představivost, doplňují dětem znalosti.

Společně vyrábění ptáčka z plastelíny a papíru.

Aktivita: Vyrábění ptáčků

Pomůcky: plastelína, papír, barvičky, nůžky, lepidlo

Postup: Blíží se zimní období. Někteří ptáčci odlétají do teplých krajin.

Někteří zůstávají. My přichystáme krmítko a vyrobíme svého ptáčka.

Předpokládáme zapojení seniorů a dětí ve skupinách. Každá skupina dostane pomůcky (papíry, pastelky, plastelínu, nůžky, lepidlo, provázky, knoflíky, peříčka) a šablony ptáčků. Předpokládáme, že senioři děti podpoří a pomohou jim s výrobou.

Odjezd z domova: 8.9.2021 v 11:00

Příjezd do školky: 8.9.2021 v 11:30

Říjen

Odjezd: 6. 10. 2021 v 8:30

Příjezd do domova: 6. 10. 2021 v 9:00

Doba trvání: 60 min.

Cíl aktivity: Společná práce při zpracování barevných podzimních listů.

Rozvíjí se představivost dětí. Rozvoj motoriky u dětí a seniorů.

Aktivita: Lepení listů

Pomůcky: lepidlo, tvrdý papír A3, vylisované listy

Postup: Začíná podzim, a tak s dětmi budeme skládat, vrstvit a lepit barevné listy ze stromů do vybraného tvaru. Obrázek bude možné dokreslit podle fantazie. Se seniory se sejdeme ve společenské místnosti děti se k nim posadí a vytvoří skupiny. Každé z dětí dostane velký papír, lepidlo, fixy, pastelky. Společně se po domluvě budou snažit obrázek dokončit.

Odjezd z domova: 6.10.2021 v 11:00

Příjezd do školky: 6.10.2021 v 11:30

Listopad

Odjezd: 3. 11. 2021 v 8:30

Příjezd do domova: 3. 11. 2021 v 9:00

Doba trvání: 60–90 min.

Cíl aktivity: Procvičování motoriky dětí i seniorů.

Aktivita: Dýně

Pomůcky: dýně, lžičky, nůž

Postup: Se seniory se opět sejdeme ve společenské místnosti. Všichni utvoří tři až čtyři skupinky. Každá skupinka dostane dýni a začnou ji vyřezávat a vydlabávat. Mohou si do dýně vyřezat oči, pusku zkrátka cokoli, co chtějí. Je jen na jejich fantazii, jak bude dýně vypadat. Až to budou mít hotové, ohodnotíme nejhezčí dýni a dvojice, která jí dělala, dostane nějakou sladkou odměnu.

Odjezd z domova: 3. 11. 2021 v 11:00

Příjezd do školky: 3. 11.2021 v 11:30

Prosinec

Odjezd: 1. 12. 2021 v 8:30

Příjezd do domova: 1. 12. 2021 v 9:00

Doba trvání: 60-90 min.

Cíl aktivity: Rozvíjení a podpora tvořivosti, fantazie, představivosti u dětí a seniorů, spolupráce mezi nimi.

Aktivita: Adventní věnce

Pomůcky: polystyrenový věnec, špendlíky, svíčky, různé ozdoby (jehličí, šišky aj.), tavná pistole, nůžky

Postup: Děti rozdělíme do skupinek se seniory a do každé skupinky dáme jeden věnec. Ostatní věci a ozdoby necháme na jednom stole, tak aby měla možnost každá skupinka si pro cokoliv jít. Senioři pomohou dětem ozdobit tento věnec hlavně, když budou muset použít tavnou pistoli tak, aby se nespálili nebo si nějak jinak neublížili. Věnce si mohou skupinky nazdobit, jak chtějí je jen na nich, jak to udělají. Věnce pak necháme seniorům na vánoční výzdobu v domově.

Odjezd z domova: 1.12.2021 v 11:00

Příjezd do školky: 1.12.2021 v 11:30

Leden

Odjezd: 5. 1. 2022 v 8:30 od školky.

Příjezd do domova: 5. 1. 2022 v 9:00

Doba trvání: 60 min.

Cíl aktivity: Rozvoj jemné motoriky, správná práce s nůžkami a papírem.

Aktivita: Vyrábění si královských korun z papíru, povídání si o Vánocích a oblíbených pohádkách.

Pomůcky: Papír, nůžky, pastelky, lepidlo, třpytky, korálky

Postup: Děti se společně se seniory sejdou ve společenské místnosti.

K příležitosti dne Tří králů, si děti za pomoci seniorů vyrobí královské koruny z papíru. Z papíru si vystříhnou dlouhý obdélník, šířka obdélníků

záleží na tom, jak vysokou korunu chtějí děti mít. Jakmile si vystřihnou obdélník, tak z jedné delší strany, začnou vystřihávat trojúhelníky. Tak se jím vytvoří křivka, která připomíná ostny koruny. Potom konce papíru slepíme k sobě. Tím nám vznikne koruna. (příloha 1)

Takhle slepenou korunu si můžeme různě ozdobit. Kresbou, dolepením třpytek, korálků.

Při této aktivitě si děti mohou se seniory povídat o Vánocích, které všichni nedávno prožili.

Odjezd z domova: 5. 1. 2022 v 11:00

Příjezd do školky: 5. 1. 2022 v 11:30

Únor

Odjezd: 2. 2. 2022 v 8:30 od školky

Příjezd do domova: 2. 2. 2022 v 9:00

Doba trvání: 60 min

Cíl aktivity: Cílem je spolupráce dětí a seniorů, rozvoj jejich fyzické a psychické zdatnosti.

Aktivita: Stavění sněhuláků

Pomůcky: sníh, polystyrenové kuličky, špejle, lepidlo, barevné papíry, fixy

Postup: Děti se se seniory sejdou před domem v altánku. Senioři, kteří mohou chodit, dětem pomůžou se stavěním sněhuláka. Senioři, kteří jsou na vozičku, budou v altánku a mohou pozorovat děti a povídat si s nimi. Tato aktivita je dobrovolná, kdo chce, bude stavět sněhuláka s dětmi, a kdo ne, tak si může s dětmi, které chtějí, povídat. Děti se při této aktivitě mohou lépe sblížit se staršími lidmi. Kdyby náhodou v té době nebyl sníh, tak s dětmi provedeme suchou variantu stavění sněhuláků. Připravíme jim různé velikosti polystyrenových kuliček, které spojíme špejlí jako sněhuláka. Poté děti společně se seniory si připraví a z barevných papírů vyrobí oči, nos, klobouk či hrnec, prostě to, co chtějí, aby sněhulák měl. (viz. Příloha 2)

Odjezd z domova: 2. 2. 2022 v 11:00

Příjezd do školky: 2. 2. 2022 v 11:30

Březen

Odjezd: 2. 3. 2022 v 8:30 od školky

Příjezd do domova: 2. 3. 2022 v 9:00

Doba trvání: 60 min.

Cíl aktivity: Procvičení práce s barvami a štětcem. Děti si zopakují, jak vypadají první jarní květiny.

Aktivita: Malování květin

Pomůcky: papír, štětce, vodovky, voskovky, pastelky

Postup: S dětmi přijedeme do domova a setkáme se seniory v jídelně, kde si nachystáme věci na malování. Jelikož se blíží jaro, tak si společně namalujeme květiny, které kvetou na jaře. S každým dítětem bude sedět senior a spolu budou přemýšlet, jaké květiny rostou na zahradě a jaké květiny namalují. Můžou to být narcisy, sněženky a jiné. Senioři mohou malovat zároveň s dětmi anebo jim můžou jen radit, jak a jakou barvou je namalovat, to záleží na nich, jak chtějí.

Odjezd z domova: 2. 3. 2022 v 11:00

Příjezd do školky: 2. 3. 2022 v 11.30

Duben

Odjezd: 6. 4. 2022 v 8:30 od školky

Příjezd do domova: 6. 4. 2022 v 9:00

Doba trvání: 60 min.

Cíl aktivity: Upevnění a rozšíření vědomostí o Velikonocích a velikonočních tradicích.

Aktivita: Velikonoce

Pomůcky: Vajíčka, barvičky, proutky z vrby, stuhy

Postup: Obvykle v dubnu slavíme Velikonoce, tak si na ně něco připravíme. Děvčata si nabarví svá velikonoční vajíčka a chlapci si zkusí uplést pomlázku. Děvčata za pomoci babiček si nabarví vajíčka. A chlapci společně za pomoci dědečků si zkusí uplést pomlázku. Kdyby to dětem a seniorům nešlo, tak pomohou sociální pracovníce a učitelky z MŠ.

Odjezd z domova: 6. 4. 2022 v 11:00

Příjezd do školky: 6. 4. 2022 v 11:30

Květen

Odjezd: 4. 5. 2022 v 8:30 od školky

Příjezd do domova: 4. 5. 2022 v 9:00

Doba trvání: 60 min.

Cíl aktivity: Rozvoj a procvičování jemné motoriky u dětí i seniorů.

Aktivita: Lásky čas

Pomůcky: tvrdý papír, nůžky, špejle, lepidlo, tavná pistole, stuhy

Postup: Měsíc květen je lásky čas, proto si senioři s dětmi vyrobí srdíčka na špejli. Začneme tím, že si na papír obkreslíme šablonu srdíčka. Potom ho vystříhneme. Postup opakujeme ještě jednou, abychom měli srdíčka dvě. Obě srdíčka si děti ozdobí, podle svojí fantazie. Když to děti budou mít, tak vezmeme špejli a lepidlo nebo tavnou pistoli a za pomoci seniorů přilepíme špejli k jednomu srdíčku. Druhé srdíčko přilepíme k prvnímu srdíčku, tím bude špejle slepena mezi srdíčky. Pod srdíčko přivážeme

stuhu jako ozdobu. Tento dárek mohou děti dát svým maminkám nebo někomu jinému. (viz. Příloha 3)

Odjezd z domova: 4. 5. 2022 v 11:00

Příjezd do školky: 4. 5. 2022 v 11:30

Červen

Odjezd: 1. 6. 2022 v 8:30

Příjezd do domova: 1. 6. 2022 v 9:00

Doba trvání: 60-90 min.

Cíl aktivity: Cílem je společně strávený, klidný čas se seniory, rozvoj komunikace mezi generacemi.

Aktivita: Piknik

Pomůcky: deka, pití, něco dobrého na jídlo

Postup: V případě pěkného počasí, si udělají děti společně se seniory na zahradě piknik. Kdo chce, rozloží si deku a může si na ni sednout nebo lehnout, kdo ne, může sedět v altánku se seniory, kteří jsou na vozičku. Děti si mohou povídat se seniory nebo s nimi cokoli dělat. Tento den bude jen na dětech a seniorech, mohou si ho užít, jak chtějí. Kdyby náhodou bylo škaredé počasí a pršelo, tak bychom piknik přemístili do budovy. Nebo by se odložil, záleží na domluvě.

Odjezd z domova: 1. 6. 2022 v 11:00

Příjezd do školky: 1. 6. 2022 v 11:30

Závěr

Vzájemná spolupráce mezi generacemi je velmi důležitá. Je pravda, že se každá mladá generace od té předchozí liší, tím, že doba a její nároky se neustále mění. Vztahy mezi mladými a starými lidmi byly, jsou a budou náročné vždycky. Různá prostředí, ve kterých vyrůstáme a získáváme zkušenosti, ovlivňují celý náš život. Výhodou starší generace je její životní zkušenost. Mladá generace je obvykle plná energie a chuti tvořit nové. Všichni zažíváme různé životní situace a je celkem přirozené, že na ně máme rozdílné názory. Proto je důležité se naučit respektovat jeden druhého bez ohledu na věk. K podpoře mezigeneračních vztahů směřoval i tento projekt, jehož cílem bylo vytvořit aktivity, u kterých mohou děti trávit společný čas se seniory, a také aby se navzájem pochopili.

V první a druhé kapitole jsem se věnovala organizacím, kterých se projekt týká. Zaměřovala jsem se na charakteristiku, cíle zařízení a okolí. Ve třetí kapitole jsem se zaměřila na důležité pojmy stárnutí, stáří a mezigenerační vztahy. Tyto pojmy jsem na základě odborné literatury popsala a vysvětlila. Ve čtvrté kapitole jsem zpracovala celkovou charakteristiku projektu. Uvedla jsem cíle, plánovaný a současný stav, swot analýzy organizací. Pátá kapitola obsahovala konkrétní aktivity projektu, které mohou pomoci ke zlepšení vztahů mezi dětmi a seniory.

Vzhledem k nepříznivé době – epidemie covid – 19, se mi projekt nepodařilo realizovat v období, ve kterém jsem chtěla. Přesto jsem přesvědčena, že tento projekt má šanci na uskutečnění. Vedení mateřské školy i domova, také rodiče dětí a senioři jsou vzájemné spolupráci nakloněni. I já bych chtěla v této práci dále pokračovat a podporovat rozvoj nových mezigeneračních vztahů.

Bibliografie

BRITANNICA, 2018. Starý věk. *Encyclopedia Britannica*. [on – line]. 1 vyd. Británie: Britannica, 7.12. 2018, s. 2, [cit. 2.4.2021]. Dostupné na: <https://www.britannica.com/science/old-age>

HAŠKOVCOVÁ, Helena, 2012. *Sociální gerontologie aneb Seniori mezi námi*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-900-8

JEŘÁBEK, Hynek a kol, 2013. *Mezigenerační solidarita v péči o seniory*. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 978-80-7419-117-6

KISVETROVÁ, Helena, 2019. Postoje ke stáří a stárnutí v současné společnosti. *Profese online*. [on – line]. Vydání 12/1. Olomouc: Fakulta zdravotnický věd, Univerzita palackého. Červenec 2019, s- 30,31. [cit. 1.4.2021] ISSN 1803–4330. Dostupné na: <https://profeseonline.upol.cz/pdfs/pol/2019/01/04.pdf>

KOŤÁTKOVÁ, Soňa, 2008. *Dítě a mateřská škola*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978–80- 247- 1568- 1

MATEŘSKÁ ŠKOLA, 2020. *Mateřská škola Rýmařov* [on-line]. Rýmařov [cit.2020-08-24] Dostupné z: <https://www.msrymarov.cz/>

MOŽNÝ, Ivo, 1991. *Proč tak snadno?* 1. vyd. Praha: Slon. ISBN 80-901-0590-4.

MOŽNÝ, Ivo, 1999. *Sociologie rodiny*.1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 80-858-5075-3.

NYÍRI, Ilona. Domov pro seniory. *Diakonie Rýmařov* [on-line]. Rýmařov 2020 [cit. 2020-08-24] Dostupné z: <https://www.diakonierymarov.cz/sluzby/domov-pro-seniory/>

RABUŠIC, Ladislav, 2001. Úvodem. *Sociální studia*. [on-line]. Vydání 6. Brno: Fakulta sociálních studií, MU Brno. 2001, s. 9–15. [cit. 2021-04-07] ISSN1214-813X. Dostupné na:

<https://www.muni.cz/en/research/publications/366184>

ONDRUŠOVÁ, Jiřina, 2011. *Stáří a smysl života*. Vyd.1. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1997-2

TRUSINOVÁ, Romana, 2013. *Hodnoty Postoje Chování*. Vyd. 1. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky. ISBN 978-80-7330-224-5

Příloha 1 Tří královská koruna



Zdroj: Barevnenapady.cz Dostupné na:

<https://www.barevnenapady.cz/cs/papir/tvorime-z-papiru/kralovska-koruna.html>

Příloha 2 Sněhulák



Zdroj: polystyrenové dekorace satava.cz Dostupné na:
<https://www.apolystyren.cz/apolystyren/Snehulak-100-cm-polystyren-sada-na-domaci-vyrobu-d68.htm>

Příloha 3 Srdíčko na špejli



Zdroj: papírové srdce na špejli.cz Dostupné na:
<https://www.beremese.cz/market/svatebni-venec-srdce-ozdoby/v30r/papirova-srdce-na-spejli/>