

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

ÚSTAV PEDAGOGIKY A SOCIÁLNÍCH STUDIÍ

Bakalářská práce

Radka Dvouletá

Volnočasové aktivity seniorů v Domech s pečovatelskou službou a
v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná

Olomouc 2015

vedoucí práce: PaedDr. Alena Jůvová, Ph.D.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedenou literaturu a zdroje.

V Olomouci dne 20. 4. 2015

Radka Dvoutá

OBSAH

ÚVOD.....	4
TEORETICKÁ ČÁST	5
1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	5
1.1 Definice stáří a stárnutí	5
1.2 Dělení stárnutí.....	6
1.3 Vědní disciplíny zabývající se obdobím stáří a stárnutí	9
2 Komunikace se seniory.....	11
3 Domy s pečovatelskou službou (DPS)	13
3.1 Pečovatelská služba	13
4 Domovy pro seniory	15
VOLNÝ ČAS	16
4.1 Definice volného času.....	16
4.2 Funkce volného času.....	17
4.3 Volnočasové aktivity a zájmy	19
PRAKTICKÁ ČÁST	22
5 Cíle, Průzkumné otázky a hypotézy praktické části	22
6 Metody užití ke sběru dat.....	23
7 Mikroregion Střední Haná.....	24
8 Domy s pečovatelskou službou ve městě Kojetín	25
8.1 Přehled volnočasových aktivit nabízených Centrem sociálních služeb o. p.....	26
8.2 Využití volnočasových aktivit nabízených Centrem sociální služby ze strany obyvatel Domů s pečovatelskou službou v Kojetíně.....	28
9 Dům s pečovatelskou službou Němčice nad Hanou.....	36
10 Domov pro seniory Tovačov	38
10.1 Přehled nabízených volnočasových aktivit	38

10.2	Využití volnočasových aktivit ze strany klientů Domova pro seniory	41
	Diskuze	47
	Závěr	49
	Seznam použité literatury:	50
	Internetové zdroje:	52
	Jiné zdroje:	52
	Seznam grafů	53
	Seznam tabulek:	54
11	ANOTACE	58

ÚVOD

Bakalářská práce je zaměřena na Volnočasové aktivity seniorů v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná. Volný čas je součástí života každého z nás. Přináší nám kladné pocity a uvolnění. Senioři, kteří musí opustit své přirozené rodinné zázemí a stěhují se ať už do domu s pečovatelskou službou nebo do domova pro seniory se ocitnou pro ně v neznámém prostředí. Změna prostředí u nich může vyvolávat stres, negativní postoj a emoce. A právě volnočasové aktivity v daném zařízení jim mohou pomoci lépe se nové životní situaci přizpůsobit.

Hlavním cílem této bakalářské práce je zdokumentovat nabídku volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná a zjistit využití nabízených aktivit ze strany klientů z těchto zařízení.

Teoretická část práce specifikuje důležité pojmy, které je třeba znát k pochopení celého tématu bakalářské práce. Zahrnuje kapitoly stáří a stárnutí, komunikace se seniory, domy s pečovatelskou službou, domovy pro seniory a také volný čas každá. Slouží jako podklad pro část praktickou.

Praktická část obsahuje popis lokality výzkumu a metody výzkumu. Výzkumnou lokalitou byl Mikroregion Střední Haná. Ten jsem si vybrala, protože v něm sama žiji. K získání potřebných informací, které přispějí k dosažení cíle práce, byla použita metoda rozhovoru a dotazníkový průzkum. Praktická část také předkládá výsledky průzkumného šetření, jejich popis a vyhodnocení.

Tato práce by se dala využít jako průvodce nabídkami volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory v Mikroregionu střední Haná pro budoucí klienty a jejich rodiny. Před nástupem do jednotlivých organizací by tak měli možnost se informovat, jaké smysluplné využití trávní volného času jsou klientům těchto organizací nabízeny.

TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

Pojmy stáří a stárnutí jistě každý z nás už ve svém životě slyšel. Stáří a stárnutí je součástí lidského života. Nahlížet na tuto stránku lidského života můžeme z více úhlů. Každý jedinec ji vnímá jinak a na tento přirozený vývoj má jiný názor. Co si opravdu máme pod těmito pojmy představit? Jaké změny nám stáří a stárnutí do života přináší? Následující řádky obsahují různé definice a dělení stáří a stárnutí. Tímto obdobím lidského života se zabývá mnoho oborů i vědních disciplín.

1.1 Definice stáří a stárnutí

Stárnutí je přirozený vývoj u všech živých bytostí. Provází jedince od jeho narození až do smrti. Během tohoto procesu dochází k úbytku fyzických sil, ke změně psychiky a celkovému vnímání života jako takového. Proto jsem vybrala tyto tři definice, které tuto problematiku, dle mého názoru, vystihují naprosto přesně.

„Stárnutí a stáří je specifický biologický proces, který je charakterizován tím, že je dlouhodobě nakódován, je nevratný, neopakuje se, jeho povaha je různá, zanechává trvalé stopy. Jeho rozvoj se řídí druhově specifickým časovým zákonem“ (Pacovský, Heřmanová, 1981, s. 57).

„Stárnutí lze považovat za přirozený a biologický zákonitý proces, který se projevuje sníženou adaptační schopností organismu a úbytkem funkčních rezerv“ (Štilec, 2004, s. 14).

„Stáří je obdobím po 65. roce života - organismus slábne, je čím dál náchylnější k nemocem a úrazům (oslabení hladiny vápníku v kostech, kornatění cév, úbytek důležitých

enzymů, u žen menopauza, atd.). Prožívání starých lidí směřuje k introverzi a melancholii“ (Langmeier, 1998, str. 50).

1.2 Dělení stárnutí

Stárnutí můžeme rozdělit podle oblastí, kterých se týká, a to na stárnutí kalendářní, biologické, sociální a psychické.

Stárnutí kalendářní

Stárnutí kalendářní je jednoznačně vymežitelné určitým věkem. S postupným prodlužováním délky lidského života, se neustále jednotlivé věkové hranice posouvají. Haškovcová uvádí, že v současné době dle Světové zdravotnické organizace období lidského věku s ohledem na seniorské kategorie děleno následovně:

- 45 – 59 let – střední věk
- 60 – 74 let - rané stáří
- 75 – 89 let - vlastní stáří
- 90 a více let – dlouhověkost. (Haškovcová, 2012, s. 99)

Příhoda (1963) ve své periodizaci poslední fázi vývoje nazývá senium, které dělí takto:

- senescence 60 – 75 let
- kmetství 75 – 90 let
- patriarchium od 90 let.

Zajímavé je dělení vývoje lidského života Thorové. Ta pohlíží na vývoj člověka s psychologického hlediska a ve své knize uvádí toto dělení:

- pozdní dospělost od 50 do 70 let,

- stáří a dlouhověkost od 70 let (Thorová, 2015).

Kalendářní stáří jednoznačně vyjadřuje dobu života jedince na světě.

Stárnutí biologické

Biologické stárnutí se projevuje úbytkem tělesné hmotnosti a výšky jedince. Dochází ke změně tělesných proporcí a k úbytku svalové hmoty. Tělesné buňky postupem času zanikají a v sedmiletých cyklech se obnovují, ale s přibývajícím věkem jedince je tato schopnost buněk snížena. Snížena je ve stáří i rychlost, pružnost a hbitost pohybů. Dochází ke změně ve smyslových orgánech a ke snížení rychlosti přenosu informací v nervovém systému. (Holásková a kol., 2010, s. 144 – 146)

Biologické stárnutí označuje změny organismu, které probíhají na fyziologickém principu. Jedná se o změny u tělesné tkáně a u orgánů. Změny nenastávají u každého jedince stejně, protože jsou ovlivněny genetickými dispozicemi a životním stylem člověka. Dochází k zpomalení jednotlivých systému v těle a k oslabení dřívějších funkcí. (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 19)

Fyzické projevy stárnutí probíhají celý život. Nejzřetelnějšími se však stávají až v seniorském věku. Fyzické změny ve stáří:

- změny metabolismu
- snížená schopnost termoregulace
- změny na kůži
- oslabení smyslových receptorů
- snížená výkonost orgánů
- involuce endokrinního a rozmnožovacího systému
- degenerativní změny v pohybovém ústrojí
- vyšší náchylnost k nemocem a sekundárním změnám v důsledku nemocí (Thorová, 2015, s. 454 – 457)

Stárnutí sociální

Stárnutí sociální je období charakteristické výskytem různých sociálních změn. Mění se životní styl, hlavně při odchodu do starobního důchodu. Při této změně se senior stává více finančně závislým a omezí se jeho sociální integrace ve společnosti. Přestává se stýkat s kolegy na pracovišti, přichází ztráta vrstevníků i blízkých a to mohou být faktory vedoucí k osamělosti a sociální izolaci. Sociální stárnutí s sebou přináší i změnu denního programu a denního režimu (Malíková, 2011, s. 328).

Změna sociální role z pracujícího člověka na seniora – důchodce mění ekonomickou situaci člověka. Z toho plyne omezení slastí a příjemných zážitků, což vede ke změnám nálad. Mění se i pohled okolí na člověka. Zvládnout tyto změny pomáhá seniorům smysluplné využití volného času (Mlýnková, 2011, s. 25 – 26).

Stárnutí psychické

Člověk si jako jediná živá bytost uvědomuje, že stárne a proto se na stáří může připravit. Duševní vývoj mají velký vliv biologické a sociální faktory. Ovlivňuje ho, dle mého názoru i přístup člověka k samotnému stáří. Psychické stárnutí se u každého jedince liší díky individuálním rozdílům, které jsou ovlivněny genetickými faktory, zdravotním stavem, různými okolnostmi v životě člověka a osobností člověka samotného (Holásková a kol., 2010, s. 148 – 149).

Životní osud každého jedince je mimořádně důležitý v procesu psychického stárnutí. Proto nelze všechny vlastnosti, které rádi stáří připisujeme, označit jako důsledek věku seniora. S přibývajícím věkem se totiž vlastnosti jedince prohlubují (Haškovcová, 2010, s. 140 – 140).

1.3 Vědní disciplíny zabývající se obdobím stáří a stárnutí

Gerontologie je multidisciplinární souhrn poznatků o stáří a stárnutí. Jako impuls pro rozvoj gerontologie můžeme považovat demografický vývoj v posledních letech.

Gerontologie se dělí na tři proudy:

- Gerontologie experimentální – řeší otázky, proč a jak živé organismy stárnou.
- Gerontologie sociální – zaměřuje se na vzájemný vztah starého člověka a společnosti (co staří lidé potřebují od společnosti, vliv stárnoucí populace na společnost a její rozvoj).
- Gerontologie klinická – zkoumá zvláštnosti zdravotního stavu a chorob ve stáří, jejich specifické aspekty průběhu, výskytu, klinického obrazu, vyšetřování a léčení, včetně sociálních souvislostí.

Geriatric je samostatný specializační lékařský obor vycházející z vnitřního lékařství. Zabývá se rehabilitačními, neurologickými, psychiatrickými a ošetrovatelskými problémy a propojením s primární péčí a sociálními službami. Jádrem oboru je zachování a obnova soběstačnosti.

Gerontopedagogika můžeme v užším slova smyslu chápat jako pedagogickou disciplínu zabývající se výchovou a vzděláváním seniorů. Je součástí andragogiky. V širším pojetí na gerontopedagogiku nahlížíme jako na teoreticko empirickou disciplínu, která se zaměřuje na zabezpečení komplexní péče, podpory a pomoci seniorům při uspokojování jejich potřeb, mimo medicínskou dimenzi ale paralelně s ní. Také ji lze označit za multioborovou disciplínu, která v sobě zahrnuje poznatky ze sociální práce, práva, andragogiky, sociologie a psychologie (Mühlpachr, 2004, s. 10 -11).

Gerontopsychologie studuje psychické změny v průběhu stáří a stárnutí a je součástí vývojové psychologie. Stáří a stárnutí tvoří poslední fázi ontogeneze lidské psychiky. Hlavním cílem Gerontopsychologie je udržet duševní zdraví stárnoucího člověka (Holásková a kol., 2010, s. 141).

Můžeme tedy říci, že gerontologie se zabývá somatickými a psychickými aspekty stáří a stárnutí v rámci sociální gerontologie. Geriatric se zabývá problematikou chorob ve stáří. Gerontopedagogika řeší stáří a stárnutí z hlediska vzdělávání a výchovy a gerontopsychologie

se zabývá stářím a stárnutím z hlediska individuálních zvláštností a osobnostní charakteristiky jedince.

2 Komunikace se seniory

Komunikace je důležitou složkou lidského života. Ve vyšším věku má komunikace svá jistá úskalí a částečně se mění vlivem změn, které u člověka nastaly. Tato kapitola bude zaměřena na přiblížení pojmu komunikace, překážky a zásady při komunikaci při se seniory. Do práce je zařazena, protože komunikace je velmi zásadní při volnočasových aktivitách.

Komunikace je proces předávání si informací za pomoci různých prostředků v rámci sociální interakce. Během tohoto procesu dochází k předávání i k přijímání. Všechny informace mají svůj význam, jehož prezentace může být rozdílná. K předávání informací se v komunikaci užívají slova a gesta, které lze obecně označit za symboly. Symboly používáme k vyjádření pocitů, myšlenek a potřeb, dochází tak ke sdílení situace a jejímu společnému prožívání. Význam pro jedince má schopnost komunikace s druhými lidmi při jeho socializaci a pro jeho sociální život ve společnosti, proto patří mezi důležité složky sociální interakce. Komunikace nemusí mít pouze charakter rozhovoru, může mít podobu psaného textu. V tomto případě nejsou komunikující osoby v přímém kontaktu (Vágnerová, 2004, s. 297).

„Komunikace je předávání informací, pocitů, postojů, očekávání, v komunikaci se odráží vztah k člověku, se kterým právě hovoříme. Dáváme najevo, co si o něm myslíme, zda jsou naše city k němu pozitivní nebo negativní, zda ho máme v oblibě či nikoliv“ (Mlýnková, 2011, s. 52.). Tato definice vystihuje komunikaci během sociální interakce a poukazuje na vliv verbální i neverbální složky při komunikaci.

Právě neverbální složka komunikace nejvíce prozradí, zda mluvené slovo myslíme vážně. Řeč našeho těla, kterou si ani sami většinou neuvědomujeme, prozrazuje naše pocity, náladu, a postoj osobě, se kterou právě komunikujeme. Komunikace ovšem nemusí probíhat pouze mezi dvěma osobami. Množství aktérů při komunikaci není nijak omezeno. Při větším počtu komunikujících je důležité mít na paměti, že není vhodné skákat někomu do řeči. Senioři jsou velmi citliví na projev zájmu při komunikaci.

Ne vždy se může komunikace odehrávat bez překážek, které jsou všude kolem nás. Uvědomíme si je až tehdy, když nejsme schopni zachytit potřebné informace například při komunikaci s osobou, která má potíže komunikovat. Překážkou při komunikaci se seniorem může být únava, nechuť aktuálně sdílet informace, somatické problémy – bolest

hlavy, nedoslýchavost, poruchy řeči, psychické překážky – prožívání strachu, úzkosti na straně seniora. Vliv na kvalitu komunikace má také prostředí. Rušivé mohou být kroky, bouchání dveří, hluk z ulice (Mlýnková, 2011, s. 52 – 54).

Komunikační překážky či bariéry by se daly v obecné rovině rozdělit na interní a externí. Interní bariéry souvisí se schopnostmi a dovednostmi jedince, s jeho zdravotním stavem a prožíváním. Externí bariéry jsou dány prostředím, jeho upořádáním, vyrušením další osobou (Pokorná, 2010, s. 53).

V seniorském věku se snižuje schopnost porozumění mluvenému slovu, proto by komunikace se seniory měla být přizpůsobena individuálním požadavkům každého z nich. Je vhodné mluvit zřetelně a jasně a snažit se vyhýbat cizím slovům. Zásady vhodné při komunikaci se starým člověkem začínají uvědoměním si, jaký rozhovor s ním chci vést. Senior často ani nestojí o to, abyste mluvili vy, ale spíše touží po naslouchání. Vhodné je i vymezit délku rozhovoru a sdělit ji seniorovy.

3 Domy s pečovatelskou službou (DPS)

Domy s pečovatelskou službou jsou nájemní domy zvláštního určení se samostatnými byty dle ustanovení §2300 odst. 1 zákona č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku. Domy jsou ve vlastnictví obce, která pronajímá byty jednotlivým žadatelům po splnění předem stanovených podmínek. Nájemní smlouva pro byty v domech s pečovatelskou službou se sepisuje podle občanského zákoníku. Domy s pečovatelskou službou nejsou zařízením sociálních služeb podle zákona č. 180/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů (dále jen zákon o sociálních službách). Uživatelé, kteří si pronajímají byt v domech s pečovatelskou službou, mají možnost využívat sociální služby, které jsou v dané obci nabízeny. Využívání těchto služeb může být také uvedeno ve smlouvě o pronájmu bytu v domě se zvláštním určením jako jedna z podmínek (*Ministerstvo práce a sociálních věcí* [online]).

Zájem o bydlení v domech s pečovatelskou službou projevují senioři, které například postihla ztráta blízkého partnera. Mohou zde bydlet i páry, které už nestačily zvládat některé denní činnosti nebo se ztráty soběstačnosti obávaly. Bydlení je také určeno pro osoby s chronickým onemocněním nebo osoby tělesně postižené. Toto bydlení jim umožňuje zachování své autonomie. V domě s pečovatelskou službou si uživatelé mají možnost zařídit byt podle svých představ pro větší pohodlí. Podle Haškovcové pobyty v DPS nejsou trvalým řešením. Při zhoršení zdravotního stavu seniora a z toho plynoucí snížené soběstačnosti, přichází otázka, co s ním bude dál (Haškovcová, 2012, s. 74 – 75).

3.1 Pečovatelská služba

Dle zákona č. 108/2006 Sb. ze dne 14. března 2006 o sociálních službách je *„pečovatelská služba je terénní nebo ambulantní služba poskytovaná osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, a rodinám s dětmi, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Služba poskytuje ve vymezeném čase v domácnostech osob a v zařízeních sociálních služeb vyjmenované úkony. Služba obsahuje tyto základní činnosti:*

- a) pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu,*
- b) pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,*
- c) poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy,*
- d) pomoc při zajištění chodu domácnosti,*
- e) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím.“*

Pečovatelská služba umožňuje seniorům udržet si částečnou autonomii a žít navykým způsobem života ve vlastním bytě. Staří lidé se v důsledku zejména zdravotních potíží stávají ve větší míře izolovaní. Pečovatelé se tedy stávají pro seniory zdrojem sociálního kontaktu. Pravidelnými návštěvami, které se odehrávají většinou ve stejném čase, přispívají k vytvoření určitého denního režimu v životě seniorů. Často jen tím, že se o seniory starají, jsou pro ně psychickou oporou (Vágnerová, 2008, s. 418).

Pečovatelská služba se poskytuje formou ambulantní a terénní. Ambulantní služba se poskytuje v prostorách jednotlivých domů s pečovatelskou. Terénní služba se poskytuje v domácnostech klientů v domech s pečovatelskou službou i mimo ně.

V domech s pečovatelskou službou nemá zřizovatel ani poskytovatel sociální služby povinnost volnočasové aktivity nabízet. Každý obyvatel tohoto zařízení si svůj volný čas organizuje sám.

4 Domovy pro seniory

Domovy pro seniory jsou jedním ze zařízení sociálních služeb. Tato sociální služba je poskytována osobám se sníženou soběstačností, která vyplývá z jejich vysokého věku nebo zdravotního stavu. Tyto osoby nemohou nadále zůstat ve svém domácím prostředí a to ani za podpory rodiny nebo jiné sociální služby, neboť potřebují pravidelnou péči. Každý má právo na základě svého svobodného rozhodnutí požádat poskytovatele této sociální služby o jejich péči. Péče je poskytována po uzavření smlouvy mezi klientem a poskytovatelem. Podmínky pro přijetí žadatele do domova pro seniory se řídí §49 zákona o sociálních službách. Žádný správní orgán nebo úřad nemá právo nařídit, aby byl jedinec do tohoto sociálního zařízení zařazen.

Domov pro seniory své sociální služby zajišťuje v rozsahu:

- Poskytnutí ubytování
- Poskytnutí stravy
- Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu
- Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu
- Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- Sociálně terapeutická činnost
- Aktivizační činnosti
- Pomoc při uplatnění práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí

V rámci aktivizační činnosti zajišťuje domov pro seniory volnočasové a zájmové činnosti, pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s přirozeným sociálním prostředím, nácvik a upevňování motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností. Jakou formou, metodami a v jakém prostředí tyto svou službu plní, si určuje každý domov pro seniory sám. Zohledňuje přitom zájmy a záliby klienta, které jsou mu blízké, věnoval se jim před nástupem do domova nebo o ně jeví zájem až nyní, a jeho zdravotní stav. (Vyhláška č. 505/2006 Sb. ze dne 15. listopadu 2006 ve znění vyhlášky č. 389/2013 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách.)

VOLNÝ ČAS

Kapitola obsahuje vymezení volného času, jeho funkce a činitele ovlivňující způsob trávení volného času a výběr volnočasových aktivit.

Volný čas, a to jak jej trávíme, má vliv na život každého z nás. Aniž si to uvědomujeme, plní v našem životě důležitou funkci. Napomáhá nám zvládat stres, který může být způsoben nejen prací a starostmi, ale právě i nedostatkem podnětů v životě při odchodu do starobního důchodu.

4.1 Definice volného času

Definovat volný čas nelze jednoznačně, protože si pod tímto pojmem každý představí něco jiného. V Pedagogickém slovníku se volný čas definuje takto: „*Volný čas – čas, s kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane z 24 hodin běžného dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku)...*“ (Průcha a kol., 2003, s. 274).

Pro přiblížení této definice je vhodné využít Hájkovo dělení času do tří základních bloků. Označují se jako:

- čas pracovní - což je u dětí doba strávená ve škole, u dospělých čas věnovaný výdělečné činnosti
- čas vázaný - doba věnovaná fyziologickým potřebám (spánek, přijímání potravy, hygiena), provozu domácnosti, péči o rodinu
- čas volný

Po odchodu do starobního důchodu seniorům místo času pracovního vznikne čas volný. Ve volném čase si svobodně volí své aktivity podle svých potřeb a zájmů. Jedná se

o dobu věnovanou seberealizaci jedince a čas kdy uspokojuje své potřeby (Hájek, 2008, s. 10).

Další definice volného času je například:

„Volný čas je možno chápat jako opak nutné práce a povinností, dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění“ (Pávková a kol., 1999, s. 15).

Hájek, Hofbauer a Pávková (2008, s. 10) se dívají ve své publikaci na volný čas, jako na část *„lidského života mimo čas pracovní (návštěvy školy a pracovní proces) a tzv. čas vázaný, který zahrnuje biofyziologické potřeby člověka (spánek, jídlo, osobní hygienu), chod rodiny, provoz domácnosti, péči o děti, dojíždění za prací a další nutné mimopracovní povinnosti. Volný čas je dobou, kterou má po splnění těchto potřeb a povinností člověk k dispozici pro činnosti seburčující a sebevytvářející“*.

4.2 Funkce volného času

Člověk je tvor společenský a je patrné, že volný čas propojuje všechny stránky lidského života. V seniorském věku po odchodu do starobního důchodu člověku odpadnou pracovní povinnosti a vznikne více volného času. Pro jedince, který doposud žil aktivně a během života si vytříbil své koníčky a zájmy bude tento přechod snadnější. Volný čas

Funkce volného času dělíme:

Vážanský (2001, s. 36-38) uvádí těchto osm potřeb:

- Rekreace – zotavení, uvolnění, osvobození od zátěže, odpočinek...
- Kompenzace – vyvážení jednostrannosti, doplnění nedostatků, rozptýlení a potěšení...
- Edukace – vzdělávání, poznávání, učení, zvědavost, změna a rozvoj osobnosti, aktivizace vlastních možností...

- Kontemplace – klid, meditace a rozjímání, sebereflexe, čas pro sebe samého, hledání vlastní individuality a identity...
- Komunikace – sdílení, kontakt a družnost, vztahy, pospolitost, láska, něžnost, empatie...
- Integrace – společnost, kolektivní vztah, tvoření skupin, bezpečí, sounáležitost, společné prožívání, uznání, sociální učení, hry a rituály...
- Participace – účast, angažovanost, spoluodpovědnost, iniciativa, spolurozhodování, solidarita, kooperace...
- Enkulturační – kreativní rozvoj, účast na kulturním životě, fantazie, spontaneita, řešení problémů, tvůrčí uplatnění...

Pávková (2002, s. 14 – 16) uvádí tyto funkce volného času:

- výchovně – vzdělávací
- zdravotní
- sociální
- preventivní

Mohlo by se zdát, že výchovně – vzdělávací funkce u seniorů nemá žádný význam, neboť jsou to již hotové osobnosti. Není to ovšem tak docela pravdou. Výchovně – vzdělávací funkce je v dnešní uspěchané a rychle se vyvíjející společnosti pro seniory stejně významná jako pro malé děti. V rámci volnočasových aktivit se mohou vzdělávat v oblasti počítačové techniky, na přednáškách či besedách se mohou dozvědět jak reagovat v určitých životních situacích.

Funkce zdravotní má také své opodstatnění. Během volnočasových aktivit si senioři mohou procvičovat paměť či jemnou motoriku. Na vycházkách se procvičí stářím ochabující svalstvo, což pozitivně působí na zdraví jedince i jeho psychiku.

Pod funkcí sociální si představuji možnost seznámení se s novými lidmi během volnočasových aktivit nebo udržení kontaktu s osobami již blízkými. Tato funkce je významná v seniorském věku, protože zabraňuje sociální izolovanosti seniora. Potřeba dělit

se o informace je člověku přirozená a každý z nás ji má snahu upokojit, což volnočasové aktivity umožňují. Preventivní funkce volného času spočívá v aktivizaci seniora.

4.3 Volnočasové aktivity a zájmy

Vymezení pojmu volnočasová aktivita není snadné, i když se o něm v dnešní době často mluví. Za volnočasovou aktivitu lze považovat privilegovanou oblast realizace jedince, která mu přináší lákavou hodnotu. V dnešní době je i pro seniory nabídka volnočasových aktivit dost pestrá. Volnočasové aktivity se dělí podle určitých kategorií a ty seniorské mohou mnohdy patřit do více kategorií najednou.

Členění volnočasových aktivit podle Šeráka (2009, s. 29) na:

- manuální
- fyzické
- kulturně umělecké aktivity typu tvořivého a interpretačního
- kulturně racionální
- společensky formální
- společensky neformální
- hry, sběratelství, divácké aktivity
- pasivní odpočinek

K manuálním aktivitám se uvádí (Šerák, 2009) zahradničení, kutilství, ruční práce, modelářství. Za fyzické považuje sport, turistiku, houbaření a rybolov. Z aktivit kulturně umělecké typu receptivního uvádí autor příkladem četbu, divadlo, kino, rozhlas i televizi. Kulturně racionálními činnostmi jsou vzdělávání, četba, sledování zpráv, luštění křížovek. Společensky formální je členství ve spolcích, zapojení se do politiky, společenská angažovanost. Společensky neformální je rodina, přátelé, restaurace, kluby. A k pasivnímu odpočinku nejsou uvedeny aktivity žádné, lze však říci, že se jedná o relaxaci a dobu spánku.

Rheinwaldová ve své knize uvádí dělení volnočasových aktivit pro seniory takto:

- rukodělné a tvořivé činnosti
- společenské programy, diskuse, hry, hudba, tanec
- cvičení, sporty, sportovní hry
- činnosti venku v přírodě
- náboženské programy
- vzdělávací činnost (Rheinwaldová, 1999, s. 23).

Během těchto aktivit dochází k seberealizaci jedince, k rozšiřování a upevňování již získaných dovedností a znalostí u seniorů. Senioři díky volnočasovým aktivitám získávají příležitost k rozhodování, zodpovědnosti a možnost si ověřit své schopnosti.

Dělit činitele ovlivňující výběr volnočasových aktivit můžeme dle Šeráka (2009) na tyto oblasti:

- věk
- pohlaví
- sociální skupina
- bydliště
- profese
- vzdělání.

S pojmem volnočasová aktivita je spojen i pojem zájem. Zájem je součástí motivace jedince o volnočasové aktivity. Vyznačuje se koncentrací jedince na objekt zájmu, snahou přiblížit se k němu a dozvědět se o něm co nejvíce. Je doprovázen výrazným emočním doprovodem. Objekt zájmu je pro člověka důležitý a má pro něj zvláštní hodnotu. Zájmy se formují, utvářejí a rozvíjejí v průběhu života v procesu zrání a učení. Vznikají v dětství a stabilizují se v dospělosti. Proto jsou některé zájmy přechodné, krátkodobé a některé se stanou dlouhodobými. Jsou závislé na vrozených dispozicích, vlohách člověka i na vlivu okolí.

Povaha zájmu může být poznávací, kdy se jedinec snaží o svém objektu ze zvědavosti zjistit co nejvíce nebo praktická kdy už dochází k samotné činnosti v rámci volnočasové aktivity. Člověk může mít zájmy mnohostranné a tím pádem širokého rozpětí nebo jednostranné. Prožívání zájmu může být povrchní nebo hluboké a intenzivní. Zájem je vyvolán konkrétním podmětem. Tento podměť nás motivuje k vzbuzení aktivity se o danou problematiku více zajímat. Motivací mohou být základní potřeby, dispozice nebo specifické osobní plány a aspirace či životní hodnoty jedince. Zájem tedy souvisí s celkovým zaměřením osobnosti. Zájmy proto řadíme mezi vlastnosti aktivizačně – motivační. Jedinec se věnuje zájmům v oblastech, ve kterých je při činnosti úspěšný a vidí pozitivní výsledky, což mu přináší pozitivní pocity (Hájek a kol., 2011 s. 166 – 169).

Zájmová činnost je „cílevědomá aktivita zaměřená na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností“ (Pávková, 2002, s. 92).

Zájmová činnosti může probíhat organizovaně například výlety, zájezdy. Neorganizovaná zájmová činnost je například četba nebo dívání na televizi. Pravidelná zájmová činnost probíhá například v kroužcích nebo klubech. Nepravidelnou můžeme charakterizovat jako vycházky s přáteli, hraní karet při odpoledním čaji.

PRAKTICKÁ ČÁST

5 Cíle, Průzkumné otázky a hypotézy praktické části

Cíle

Hlavním cílem je zdokumentovat nabídku volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná a zjistit využití nabízených aktivit ze strany klientů z těchto zařízení.

Dílčí cíle:

1. Zjistit nabídku volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná
2. Zjistit využití nabízených aktivit ze strany klientů ve zmíněných zařízeních.

Průzkumné otázky a hypotézy

Z dílčích cílů praktické části vyplívají tyto průzkumné problémy:

1. Jaká je nabídka volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory v Mikroregionu Střední Haná?
2. Jaké je využití nabízených aktivit ze strany klientů žijících v těchto zařízeních?

Z průzkumných problémů vyplívají tyto průzkumné hypotézy:

Hypotéza č. 1: Nabídka volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory bude rozsáhlá.

Hypotéza č. 2: Využití nabízených volnočasových aktivit ze strany klientů bude v nadpoloviční většině.

6 Metody užití ke sběru dat

K získání dat byly použity metoda rozhovoru a dotazníku. Metodu rozhovoru jsem zvolila k získání informací o nabídce volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory. Položky jednotlivých rozhovorů byly přizpůsobeny zařízení, ve kterých rozhovor probíhal. Rozhovory byly vedeny s ředitelkami těchto organizací a pečovatelkou. K získání dat o využití nabízených volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory jsem zvolila dotazníkový průzkum. Dotazník byl určen pro obyvatele Domů s pečovatelskou službou a Domova pro seniory v Mikroregionu Střední Haná. Dotazník je složen z 12 položek, z nichž jedna byla otevřená a ostatní uzavřené. První část průzkumného šetření, položky 1. – 5., je zaměřena na demografické údaje respondentů. Druhá část průzkumného šetření, položky 6. – 7., zjišťuje spokojenost s nabídkou volnočasových aktivit a účast na nich. V položce 8. je možnost rozepsání aktivit, kterých se respondent účastní. Položka 9. je zaměřena na to, zda se respondent účastní aktivit sám nebo s jinou osobou. 10. položka je zaměřena na motivaci k účasti na volnočasových aktivitách. V případě, že se respondent nabízených volnočasových aktivit neúčastní, neodpovídal na položky 8 – 10 a přešel na položky 12 a 13. Dotazník je uveden v příloze 1.

7 Mikroregion Střední Haná

Bakalářská práce je zaměřena na volnočasové aktivity v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná. Tato kapitola se proto zaměřuje na popis Mikroregionu Střední Haná, který byl lokalitou výzkumu.

Mikroregion Střední Haná je dobrovolný svazek obcí jednajících jako právnická osoba. Typickým rysem takového svazku je vznik z vlastní iniciativy, nikoliv příkazem nadřízeného orgánu nebo ze zákona. Geografická blízkost, historické tradice, kulturní spojení i společné problémy byly impulzem ke vzniku tohoto svazku. Mikroregion Střední Haná byl založen 26. dubna 1999 seskupením 12 obcí za účelem dosažení společných cílů v rozvoji sdružených obcí.

Rozkládá se na rozhraní přerovského, prostějovského a kroměřížského okresu a je součástí turistického regionu Střední Morava. Jedná se o rovinatou oblast ve středu Moravy bohatou na historii, lidové tradice, kulturu a židovské památky. Hlavní osou mikroregionu je řeka Morava, která je jedním z nejvýznamnějších vodních toků Moravy i České republiky. Významným tokem je i přítok Moravy řeka Haná. Rozloha tohoto území je více než 17 500 hektarů.

V mikroregionu Střední Haná je v současnosti 14 obcí. Jedná se o Ivaň, Křenovice, Lobodice, Měrovice nad Hanou, Obědkovice, Němčice nad Hanou, Oplocany, Polkovice, Stříbrnice, Tovačov, Troubky, Uhřičice, Zářičí a Kojetín. Hlavní sídlo mikroregionu najdeme ve městě Kojetín. Žije zde cca 18 000 obyvatel.

Hlavní oblasti, ve kterých obce spolupracují, jsou rozvoj samosprávy jednotlivých obcí, hospodářský, společenský, sociální a kulturní život, rozvoj infrastruktury, pomoc při řešení životního prostředí, rozvoj cestovního ruchu, podpora řešení dopravní obslužnosti a společná řešení sociálních služeb a zdravotní péče. Společná příprava mikroregionálních projektů přispívá k dosažení společných cílů (Mikroregion Střední Haná. [online]).

V Mikroregionu Střední Haná jsou Domy s pečovatelskou službou ve městě Kojetín a ve městě Němčice nad Hanou. Domov pro seniory je pouze ve městě Tovačov.

8 Domy s pečovatelskou službou ve městě Kojetín

Kapitola je zaměřena na popis jednotlivých domů s pečovatelskou službou ve městě Kojetín. Sděluje informace o poskytovateli pečovatelské služby, který zároveň nabízí volnočasové aktivity obyvatelům zmíněných domů.

Krátký popis čtyř Domů s pečovatelskou službou zřízených městem Kojetín.

Dům s pečovatelskou službou v ulici nám. Dr. Edvarda Beneše

V budově domu s pečovatelskou službou je 27 bytových jednotek. Bezbariérové byty zde bohužel nejsou. V přízemí budovy je prádelna a prostory k sušení prádla. Seniorům jsou k dispozici zahradní prostory, kde mohou relaxovat a odpočívat, víceúčelová klubovna a společenská místnost vybavené výpočetní technikou. V prostorách klubovny a společenské místnosti mají obyvatelé domu s pečovatelskou službou možnost účastnit se různých zájmových aktivit (PROKEŠOVÁ, 2006, [online]).

Dům s pečovatelskou službou v ulici J. Peštuky

Dům s pečovatelskou službou nabízí 39 bytových jednotek. V budově nejsou bezbariérové byty. V přízemí je prádelna, sušárna a společenská místnost. Společenská místnost je vybavena počítačovou technikou a díky speciálnímu programu mohou na PC pracovat i zrakově postižené osoby. V těsné blízkosti domu s pečovatelskou službou jsou upravené venkovní prostory pro odpočinek a relaxaci. Prostory jsou vhodné pro grilování a venkovní posezení (PROKEŠOVÁ, 2006, [online]).

Dům s pečovatelskou službou v ulici St. Masara

V budově s Domu pečovatelskou službou je 16 bytových jednotek. Bezbariérové byty v budově nejsou. Senioři v tomto domě mají možnost využití počítačové techniky a zahradních prostor (PROKEŠOVÁ, 2006, [online]).

Dům s pečovatelskou službou v ulici 6. května

V budově s Domu pečovatelskou službou je 14 bytových jednotek. V budově jsou seniorům k dispozici prádelna a sušárna. Ve společenské místnosti mají senioři možnost pracovat s výpočetní technikou. U domu jsou upravené zahradní prostory k relaxaci a odpočinku. V budově je zřízena ubytovací jednotka pro krizové situace (PROKEŠOVÁ, 2006, [online]).

Poskytovatelem pečovatelské služby je Centrum sociálních služeb p. o. Kojetín. Centrum sociálních služeb je samostatná příspěvková organizace. Sídlo tohoto centra je v Domě s pečovatelskou službou v ulici nám. Dr. Edvarda Beneše. Zřizovatelem této organizace je město Kojetín.

8.1 Přehled volnočasových aktivit nabízených Centrem sociálních služeb o. p.

S paní ředitelkou Centra sociálních služeb o. p. jsem v rámci výzkumu udělala rozhovor na téma volnočasové aktivity, které Centrum sociálních služeb o. p. nabízí. Rozhovor byl uskutečněn 9. 2. 2015. Cílem rozhovoru bylo zjistit, jaká je nabídka volnočasových aktivit, kdo je plánuje a na základě jakých kritérií. Jestli se nabízených aktivit mohou účastnit lidé, kteří nejsou klienty Centra sociálních služeb. Zajímalo mě také názor paní ředitelky, jaké jsou nejoblíbenější aktivity z jejich nabídky. Níže je uveden rozhovor s paní ředitelkou.

1. Jaké volnočasové aktivity nabízíte svým klientům?

„Besedy, přednášky, vzdělávací akce, hudební odpoledne, promítání filmů, aktivity zaměřené na procvičování jemné motoriky, procvičování paměti, grilování, zájezdy do blízkého okolí například návštěvy muzeí apod.“

2. Kdo vybírá a plánuje volnočasové aktivity?

„Sociální pracovnice s referentkou pro volnočasové aktivity.“

3. Na základě jakých kritérií jsou volnočasové aktivity voleny?

„Dle požadavku a potřeb klientů v rámci jejich zdravotních stavů a dle jejich převažujícího zájmu.“

4. Spolupracujete při přípravě volnočasových aktivit s jinými organizacemi?

Jaké to jsou?

„Ano, spolupracujeme se školami, školkou, kulturním střediskem, knihovnou, DDM, hudební škola a také s jednotlivci (harmonikáři, lékaři – odborné přednášky...)“

5. Mohou se vašich aktivit účastnit i osoby, které nejsou vašimi klienty?

„Samozřejmě, aktivity pořádané naší organizací mohou navštěvovat i ostatní senioři či zdravotně postižení občané z řad veřejnosti nejen ve městě Kojetíně, ale i z okolních vesnic.“

6. O které aktivity je, dle Vašeho názoru, největší zájem?

„O zábavné akce s hudbou a dalším připraveným programem, o rukodělné činnosti, o grilování za přítomnosti harmonikáře, o zájezdy do blízkého okolí, Vždy se snažíme přijít s něčím novým.“

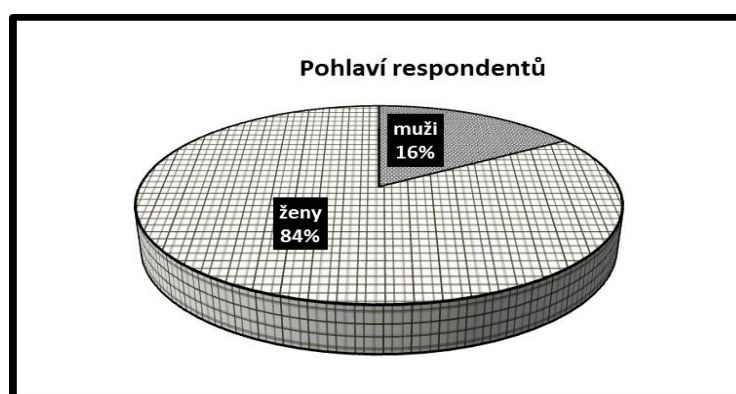
Z rozhovoru jsem zjistila, že Centrum sociálních služeb nabízí besedy, odborné přednášky, vzdělávací akce, odpolední posezení s hudbou, probíhá promítání filmů. Klienti mají možnost si během volnočasových aktivit procvičit jemnou motoriku i paměť. Při pěkném počasí se v upravených venkovních prostorech u jednotlivých domů griluje. Pro klienty se pořádají výlety do okolí například na výstavy nebo do muzeí. Odpovědné za výběr volnočasových aktivit jsou sociální pracovníce s paní referentkou pro volnočasové aktivity a při výběru berou v úvahu převažující zájem klientů, jejich zdravotní stav a potřeby. Centrum sociálních služeb spolupracuje při organizaci svých nabízených aktivit se školkou, školou a hudební školou ve městě Kojetíně, s místním kulturním střediskem, Domem dětí a mládeže a jednotlivci například harmonikáři nebo lékaři. Aktivit nabízených Centrem sociálních služeb se mohou účastnit nejen jejich klienti, ale také senioři či zdravotně postižení občané města Kojetín a okolních vesnic.

Centrum sociálních služeb umožňuje seniorům studovat Virtuální univerzitu třetího věku. Kurz probíhá ve Víceúčelové klubovně, která je u Domu s pečovatelskou službou v ulici nám. Dr. Edvarda Beneše. Název studijního programu je „Svět okolo nás“.

8.2 Využití volnočasových aktivit nabízených Centrem sociální služby ze strany obyvatel Domů s pečovatelskou službou v Kojetíně

K jistění využití volnočasových aktivit nabízených obyvatelům Domů s pečovatelskou službou jsem použila dotazníkový průzkum. V Domech s pečovatelskou službou bylo rozdáno 112 dotazníků. Od respondentů se vrátilo 74 vyplněných dotazníků. Za pomoci grafů a tabulek jsou vyhodnoceny jednotlivé položky z dotazníku.

Prvních 5 položek dotazníkového šetření je zaměřeno na demografické údaje o respondentech, neboť ovlivňují výběr volnočasových aktivit. Čtvrtá položka dotazníkového průzkumu byla zaměřena na rozdělení respondentů bydlících v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory. V následujících grafech a tabulkách se pracuje pouze s daty, od respondentů bydlících v Domech s pečovatelskou službou.

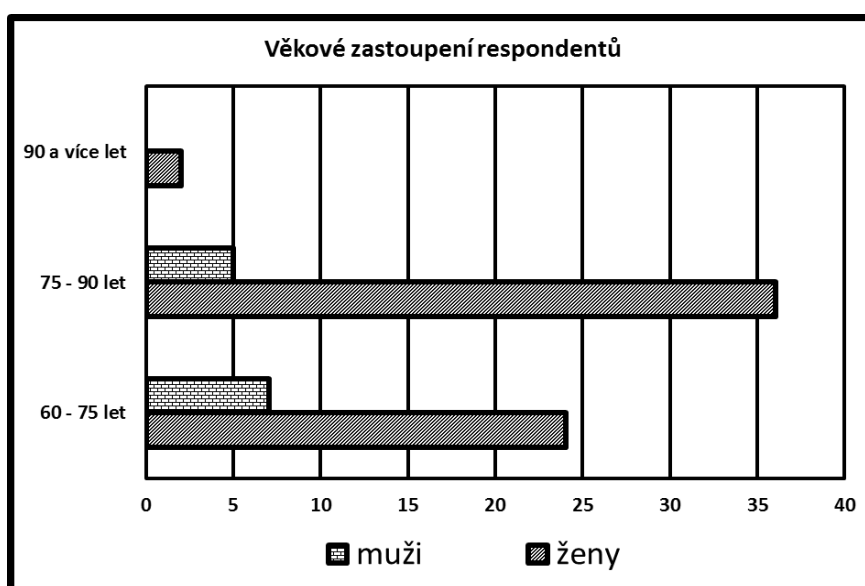


Graf č. 1 – Pohlaví respondentů

První položka dotazníkového průzkumu zjišťuje pohlaví respondentů. Graf číslo 1 (výše) vyjadřuje počet respondentů podle pohlaví. Respondentů ženského pohlaví je 84% mužů jen pouze 16%. Pohlaví respondentů má vliv na výběr volnočasových aktivit.

Muži preferují jiné aktivity než ženy.

Druhá položka dotazníkového průzkumu zjišťuje věk respondentů. Pro lepší přehlednost věkového zastoupení mužů a žen je použit graf č. 2 i tabulka č. 1. Věk žen se pohybuje od 60 let až k 90 a více roků. Ve věku od 60 do 75 let je 24 respondentek. Nejpočetnější zastoupení je ve věku od 75 – 90 let života a to 36 žen ze všech odpovídajících respondentek. 90 a více let mají pouze 2 respondentek. Muži mají zástupce pouze ve věku od 60 do 90 let. Respondentů ve věku od 60 do 75 let je 7. Mužů ve věku 75 – 90 let opovědělo 5. S vyšším věkem přichází více omezení po stránce zdravotní i psychické, což výrazně ovlivňuje výběr volnočasových aktivit i účast na nich.



Graf č. 2 – Věkové zastoupení respondentů

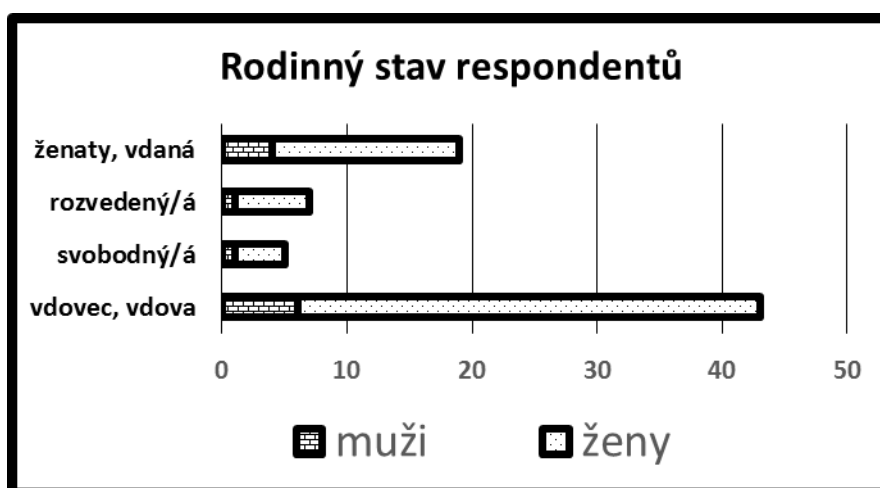
Věkové zastoupení respondentů	ženy	muži
60 - 75 let	24	7
75 - 90 let	36	5
90 a více let	2	0

Tabulka č. 1 – Věkové zastoupení respondentů

Třetí položka průzkumného šetření řeší rodinný stav respondentů. Jak je vidět na tabulce č. 2 a grafu č. 3, tak vdovců je 6, jeden respondent je svobodný, další je rozvedený a 4 z nich jsou ženatí. Svobodné ženy jsou v souboru respondentů 4, rozvedených 6, vdaných 15 a vdov je nejvíce 37. Senioři, kteří nežijí sami, mohou mít o volnočasové aktivity menší zájem. Naopak senioři, které postihla ztráta partnera, si mohou během volnočasových aktivit vykompenzovat chybějící sociální interakci.

Rodinný stav	muži	ženy
vdovec, vdova	6	37
svobodný/á	1	4
rozvedený/á	1	6
ženatý, vdaná	4	15

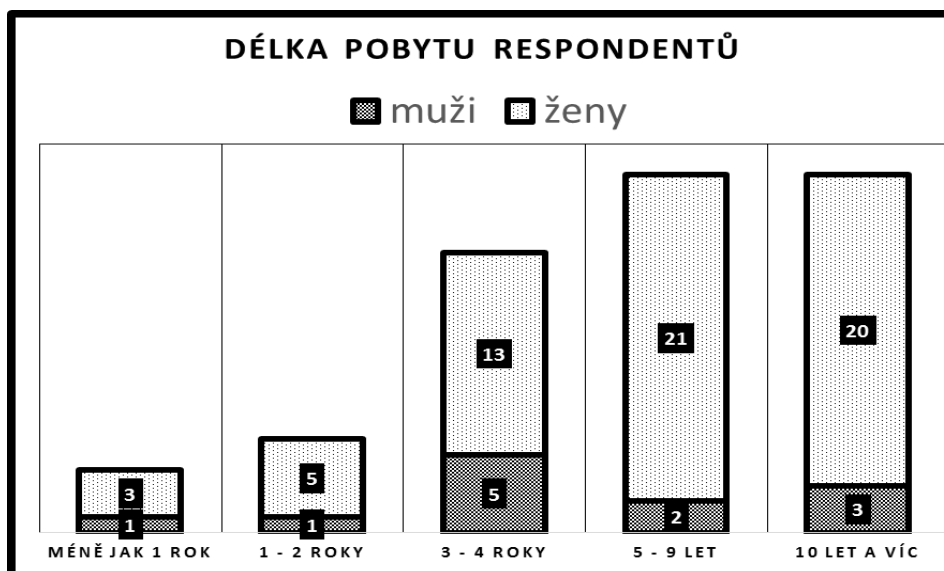
Tabulka č. 2 – Rodinný stav respondentů



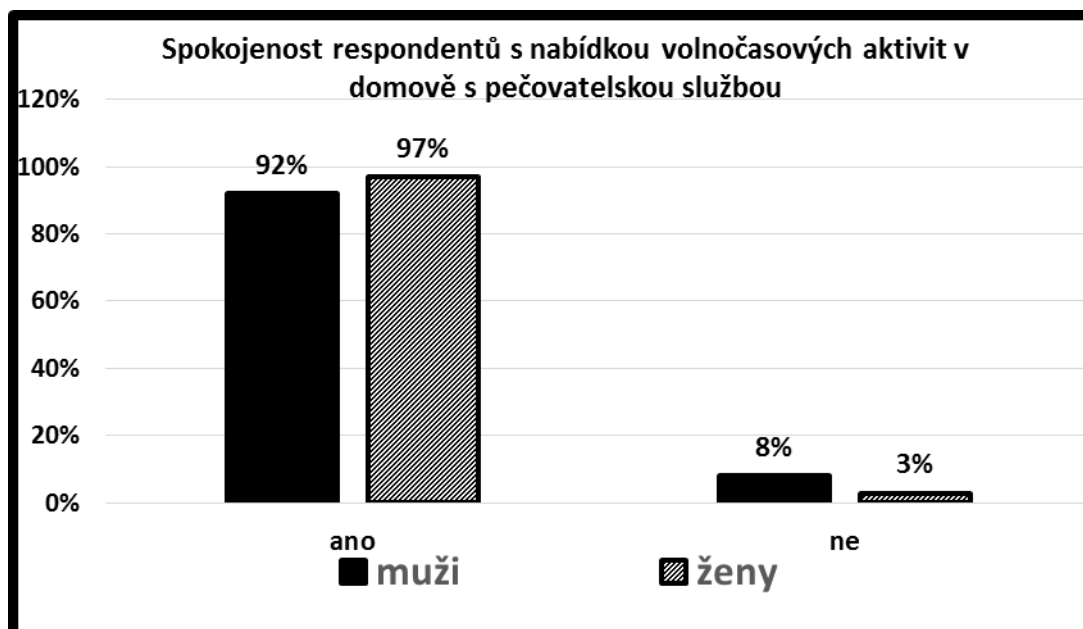
Graf č. 3 – Rodinný stav respondentů

Pátá položka řeší délku bydlení respondentů v Domě s pečovatelskou službou. Pouze tři ženy bydlí v domově méně než rok. Pět žen zde bydlí 1 – 2 roky, 13 žen 3 – 4 roky, 21 žen zde bydlí 5 – 9 let a 20 respondentek zde bydlí 10 a více let. Mezi muži je pouze jeden žijící v domě s pečovatelskou službou méně než rok a jeden, který zde bydlí 1 – 2 roky. Pět mužů bydlí v domě 3 – 4 roky, 2 5 – 9 let a 10 a více let. Délka bydlení v Domě s pečovatelskou službou může ovlivnit zájem a účast na volnočasových aktivitách. Pokud senior bydlí v domě kratší dobu, může mít obavy z účasti na volnočasových aktivitách, protože ještě neví, co má očekávat.

Šestá položka dotazníkového šetření řešila spokojenost obyvatelů Domů s pečovatelskou službou s nabídkou volnočasových aktivit (graf č. 4), kde je více klientů s dlouhodobým bydlištěm nežli krátkodobým.



Graf č. 4 – Délka pobytu respondentů



Graf č. 5 – Spokojenost respondentů s nabídkou volnočasových aktivit v domově s pečovatelskou službou

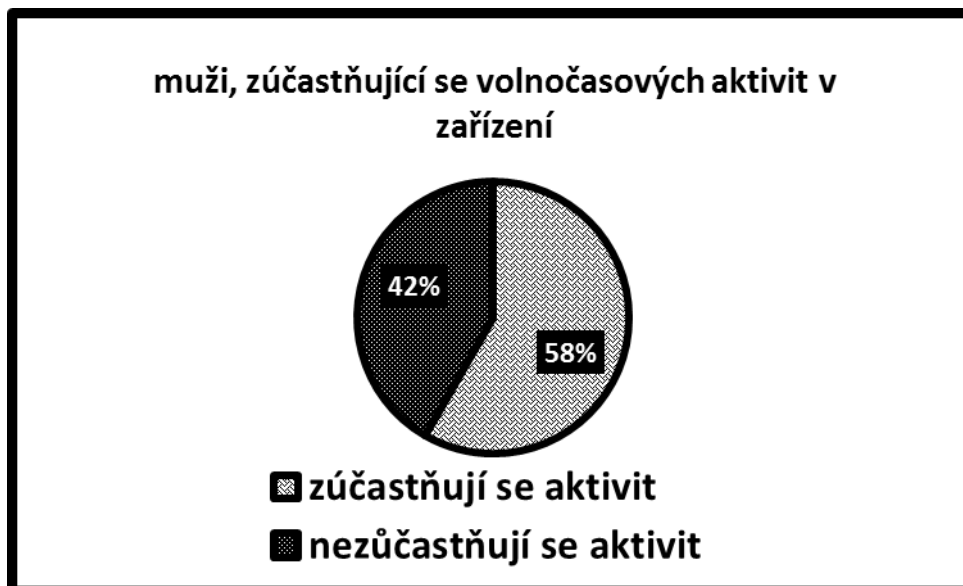
Spokojenost klientů s volnočasovými aktivitami v zařízení		
	muži	ženy
ano	92%	97%
ne	8%	3%

Tabulka č. 3 - Spokojenost respondentů s nabídkou volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou v procentuálním vyjádření

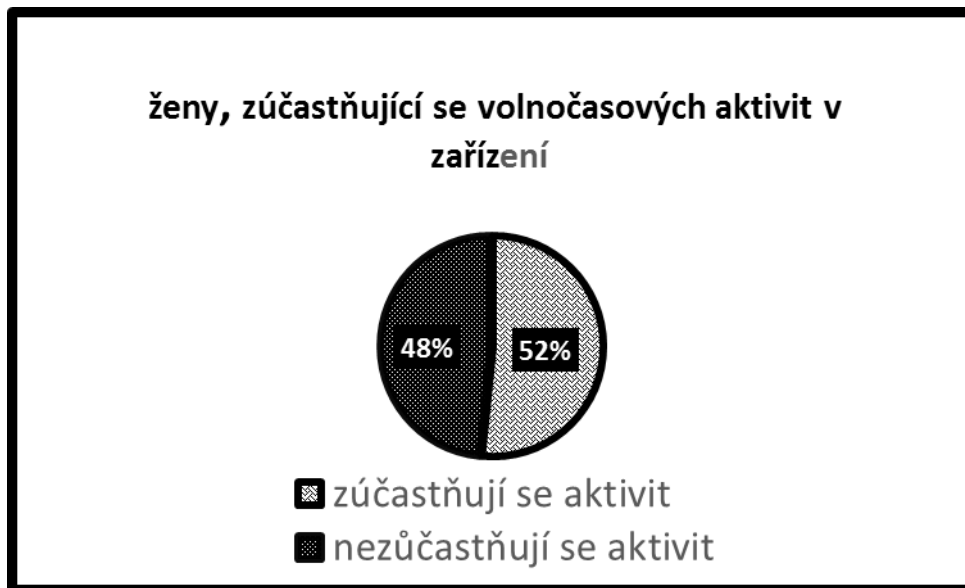
Z tabulky a grafu plyne, že 97% respondentek je s nabídkou spokojena a pouze 3% nikoliv. 92% respondentů je spokojeno a 8% nikoliv. Spokojenost či nespokojenost s nabídkou se jistě projeví na účasti volnočasových aktivit.

Sedmá složka dotazníkového šetření se přímo ptá, zda se respondenti nabízených volnočasových aktivit účastní.

Respondentů mužského pohlaví se 58% účastní a zbylých 42% nikoliv. V případě mužů se respondentů více účastní nežli ne, jak je vidět na grafu č. 6. Respondentek se 52% účastní a 48% ne. U žen je podíl účasti a neúčasti poměrně rovnovážný, tj. vidět na grafu č. 7.



Graf č. 6 – Využití volnočasových aktivit v Domově s pečovatelskou službou u mužů

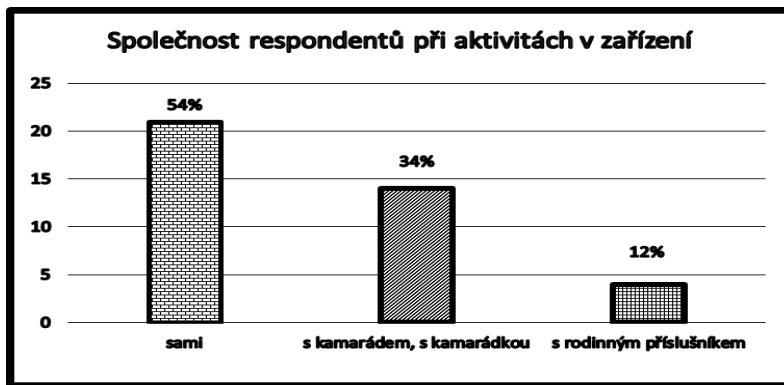


Graf č. 6 – Využití volnočasových aktivit v Domově s pečovatelskou službou u žen

Osmá položka dotazníkového šetření by otevřená a umožňovala respondentovi se rozepsat o volnočasových aktivitách, kterých se účastní.

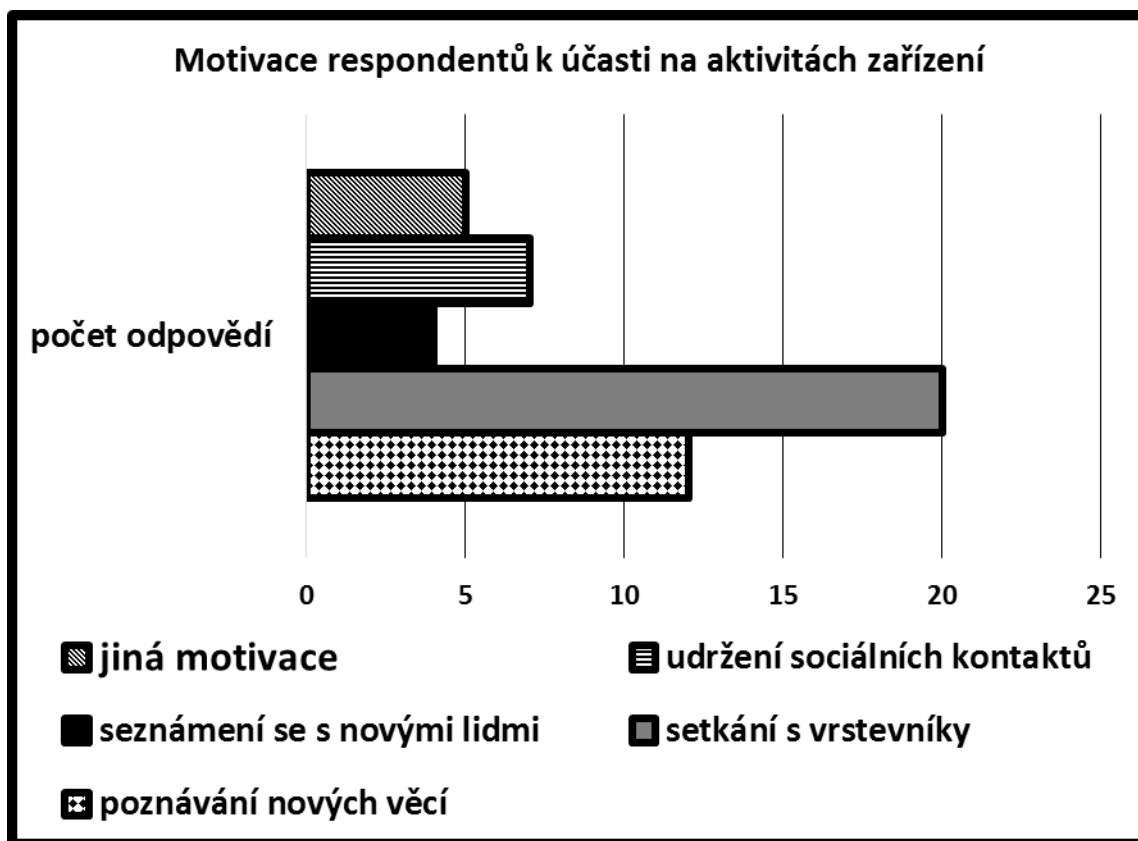
Nejčastěji se objevovaly aktivity jako je posezení s hudbou, besídky, kulturní akce, poznávací výlety, procvičování paměti, ruční práce, přednášky, zpívání, tvořivé práce, exkurze, výlety, různé akce v kulturní místnosti a v sokolovně, besedy, sbírky věcí, hry, grilování, tanec, tělocvik, divadlo, hry jako domino, puzzle apod. Také procvičování motoriky, malba, pletení košíčků. Jedna respondentka uvedla, že navštěvuje semestrální kurz, pod Univerzitou třetího věku, zabývající se Čínskou medicínou v naší zahrádce. Tento kurz zajišťuje Česká zemědělská univerzita v Praze v konzultačním středisku v Kojetíně.

Devátá položka se zaměřuje na zjištění, zda se respondenti účastní aktivit sami nebo v něčí společnosti, jak je vidět na grafu č. 8, nejvíce se účastní samotní. Celkem 54% respondentů se účastní volnočasových aktivit samo, 34% se jich účastní v doprovodu kamaráda či kamarádky a 12% s rodinným příslušníkem



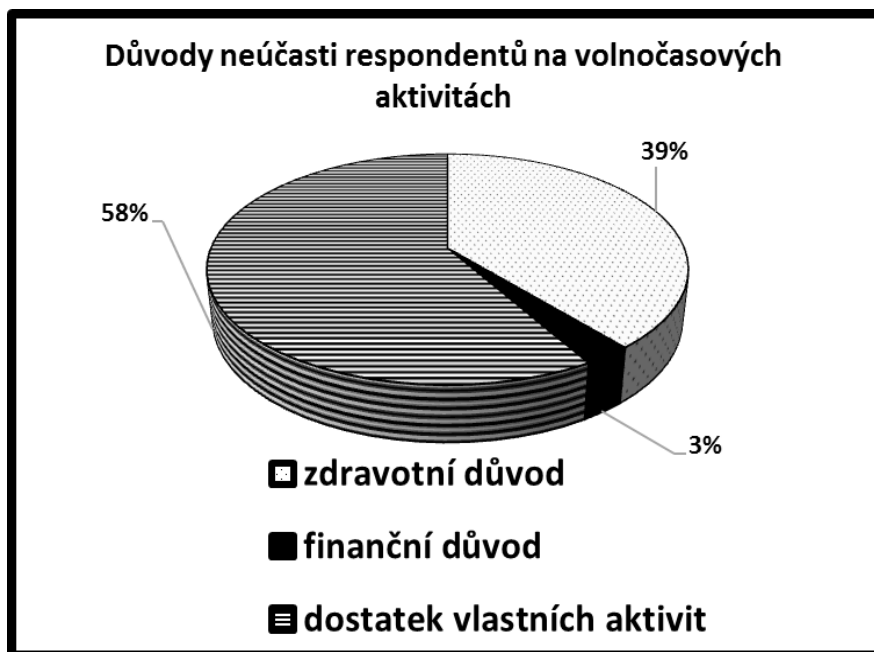
Graf č. 8 – Porovnání společnosti respondentů při aktivitách v domově s pečovatelskou službou

Desátá položka zjišťuje motivace seniorů k účasti na volnočasových aktivitách. V této položce mohli respondenti zakroužkovat více možností. Graf č. 9 znázorňuje počet odpovědí u jednotlivých možností. Největší motivací pro účast na volnočasových aktivitách je setkání s vrstevníky. Pak následuje poznávání nových věcí, udržení sociálních kontaktů, jiná motivace a jako poslední je možnost seznámení se s novými lidmi.



Graf č. 9 – Motivace respondentů k účasti na aktivitách v domově s pečovatelskou službou

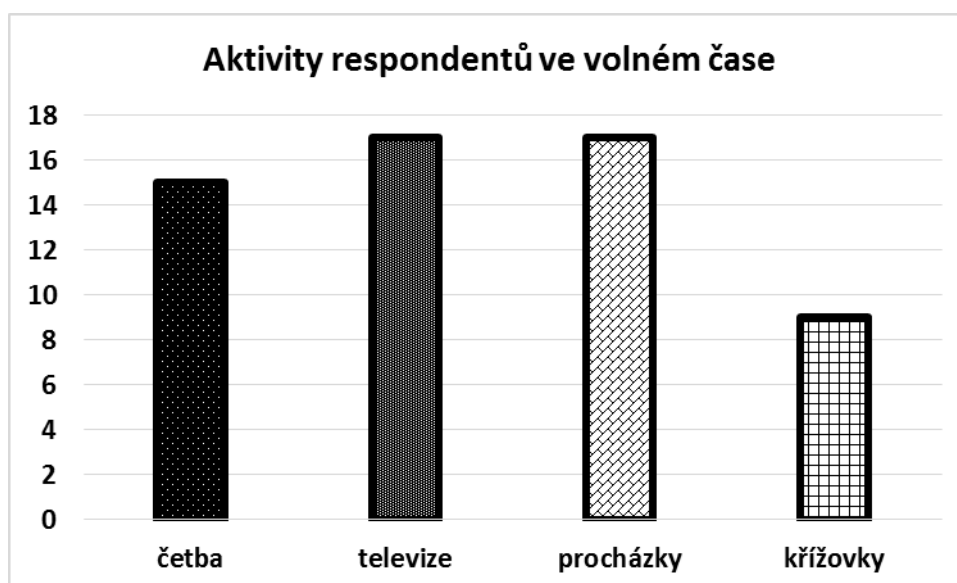
Desátá položka je zaměřena na důvody neúčasti na volnočasových aktivitách. Na tuto položku odpovídali pouze respondenti, kteří odpověděli Ne na položku sedm.



Graf č. 10 – Důvody respondentů k neúčasti na volnočasových aktivitách

Největší vliv, přes 50%, na neúčasti při nabízených volnočasových aktivitách, je dostatek vlastních aktivit obyvatel Domu s pečovatelskou službou. Zdravotní stav neúčasti je u 39

Cílem dvanácté položky bylo zjistit, jakým volnočasovým aktivitám se věnují respondenti, kteří se neúčastní nabízených volnočasových aktivit. Záliby ve volném čase jsou televize, četba, procházky, křížovky.



Graf č. 11 – Aktivity respondentů ve volném čase

9 Dům s pečovatelskou službou Němčice nad Hanou

Zřizovatelem Domu s pečovatelskou službou a majitelem budovy, ve které je dům zřízen, je město Němčice nad Hanou.

V Domě s pečovatelskou službou jsem vedla rozhovor s paní pečovatelkou, která zde zajišťuje pečovatelskou službu. S paní Dostálovou jsem vedla rozhovory dva. Cílem prvního rozhovoru bylo zjistit informace o Domu s pečovatelskou službou. Cílem druhého rozhovoru bylo zjistit, jaké volnočasové aktivity jsou obyvatelům domu nabízeny.

Rozhovor č. 1.

1. Kdo je poskytovatelem pečovatelské služby v místním domě s pečovatelskou službou?

„Poskytovatelem sociální služby je Centrum sociálních služeb Prostějov.“

2. Kolik bytových jednotek je v budově domu s pečovatelskou službou?

„V budově domu s pečovatelskou službou je 16 bytových jednotek.“

3. Kolik osob zde bydlí?

„V současné době 19 osob.“

Z rozhovoru plynou tyto informace, poskytovatelem pečovatelské služby v Domě s pečovatelskou službou v Němčicích nad Hanou je Centrum sociálních služeb Prostějov. V budově domu je 16 bytových jednotek. V současné době zde bydlí 19 osob.

Rozhovor č. 2.

4. Jaké volnočasové aktivity svým klientům nabízíte?

„Žádné, volný čas si organizuje každý sám.“

5. Pomáháte klientům při organizaci jejich volnočasových aktivit?

„Ano, po domluvě s Mateřskou školou a Základní uměleckou školou se v domě uspořádají besídky a vystoupení.“

Volnočasové aktivity, které jsou nad rámec povinností pečovatelské služby, se obyvatelům místního domu nenabízí a nezajišťují. Senioři si náplň svého volného času musí vyhledat a zajistit sami. Přesto jim paní pečovatelka pomáhá zařídit po domluvě s místní Mateřskou školou besídky a se Základní uměleckou školou vystoupení jejich žáků. Děti s paní učitelkou přijdou za seniory do budovy Domu s pečovatelskou službou a předvedou své vystoupení. Besídky bývají tematické například na Mikuláše a v adventním čase.

Město Němčice nad Hanou nabízí seniorské populaci možnost návštěvy kina, v místní sokolovně lze shlédnout vystoupení krasojízdy nebo výstavy místních umělců.

I přesto, že jim sociální služba volnočasové aktivity nenabízí, žijí lidé v Domě s pečovatelskou službou aktivně. Svůj volný čas tráví četbou knih, luštěním křížovek, díváním se na televizi, procházkami. Rádi chodí na besídky, které pro ně děti ze školky nacvičily a na koncerty žáků Základní umělecké školy. Informace jsem získala z průzkumného šetření, které jsem realizovala, přestože ze strany poskytovatele sociální služby žádné volnočasové aktivity nabízeny nejsou.

10 Domov pro seniory Tovačov

Domov pro seniory ve městě Tovačov je sociálním zařízením, které poskytuje sociální služby podle § 49 zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách. Domov patří mezi příspěvkové organizace. Forma poskytování služeb je pobytová. Domov pro seniory je rozdělen na 2 oddělení. Klienti bydlí v jedno nebo v dvoulůžkových pokojích. Každý pokoj má své vlastní sociální zařízení. Klienti mají možnost na pokojích užívat vlastní spotřebiče. Cílovou skupinou jsou osoby s chronickým onemocněním, osoby s jiným zdravotním postižením a senioři. Věková struktura obyvatel se dělí na mladší seniory, což jsou lidé ve věku 60 – 80 let a starší senioři, kteří jsou starší 80 let. V současné době v domově bydlí 104 obyvatel. Tyto osoby potřebují pravidelnou péči a nemohou zůstat ve svém přirozeném rodinném prostředí, díky nedostatku psychických a fyzických sil způsobeným věkem či zdravotním stavem.

Posláním domova je vytvořit klidné, bezpečné a kvalitní prostředí pro seniory. Motivovat klienty k aktivnímu životu a umožnit jim prožití klidného a důstojného stáří.

Cílem je spokojenost klientů, rozvoj a udržení soběstačnosti u klientů po co nejdelší dobu. Dále pak poskytovat službu, která pružně reaguje na každodenní změny. (Výroční zpráva 2014)

Prostory vhodné pro volnočasové aktivity jsou kulturní a společenská místnost, tělocvična a vhodný je i dvůr se zahradou.

10.1 Přehled nabízených volnočasových aktivit

Na téma volnočasových aktivit, které Domov pro seniory Tovačov nabízí, jsem vedla rozhovor s paní ředitelkou této organizace. Z rozhovoru s paní ředitelkou Domova pro seniory se proběhl 19. 2. 2015. Cílem rozhovoru bylo zjistit, jaké aktivity jsou klientům nabízeny, kdo je plánuje a na základě jakých kritérií jsou vybírány. Kolik klientů se volnočasových aktivit účastní, které patří k nejoblíbenějším a co, podle názoru paní ředitelky, motivuje klienty

k účasti na aktivitách. Dále mě zajímalo, jestli domov pro seniory při organizaci volnočasových aktivit spolupracuje s jinými organizacemi. Rozhovor je uveden níže.

1. Jaké volnočasové aktivity svým klientům nabízíte?

„Smyslově aktivizační, sportovní, kulturní a společenské.“

2. Kdo vybírá volnočasové aktivity?

„Pro celý domov aktivizační pracovníce a na každém oddělení aktivizační praktikanti konceptu smyslové aktivizace. Ti pracují se skupinou 24 – 38 klientů. Program Aktivizačního plánu najdete na našich webových stránkách.“

3. Na základě jakých kritérií jsou volnočasové aktivity vybírány?

„Volnočasové aktivity jsou vybírány na základě biografie klienta. Ctí se tradice a zvyky.“

4. Kolik klientů se vašich volnočasových aktivit účastní?

„Volnočasové aktivity nabízíme formou individuální a skupinovou. Skupinové volnočasové aktivity probíhají v maximálním počtu 7 klientů. Pořádáme i akce pro celý domov kam mohou přijít i rodinní příslušníci.“

5. Co podle Vás motivuje klienty k účasti na aktivitách?

„Smysluplné využití volného času, potřeba realizace vlastních zájmů a potřeb, zvědavost.“

6. O které volnočasové aktivity je největší zájem?

„Největší zájem je o Cestománii, vaření a akce pro celý domov.“

Z rozhovoru plyne, že jsou nabízeny volnočasové aktivity smyslově aktivizační, sportovně založené, kulturní a společenské. Pro celý domov plánuje volnočasové aktivity v rámci aktivizačního plánu aktivizační pracovníce. Na každém oddělení pracuje jeden aktivizační praktikant konceptu smyslové aktivizace, který si pro své oddělení plánuje a realizuje smyslovou aktivizaci sám. Pracuje se skupinou 24 – 38 osob. Při výběru a skladbě nabídky volnočasových aktivit berou pracovníci zřetel na biografii klienta, to znamená na jeho oblíbené činnosti z minulosti i dnes. Ohled se samozřejmě bere i na zdravotní stav klienta. Volnočasové aktivity se realizují formou individuální a skupinovou. Na skupinových volnočasových aktivitách je maximálně 7 osob. Při volnočasových aktivitách se ctí tradice

a zvyky. Domov má zájem zapojit i rodinné příslušníky. Ti jsou zváni na větší akce, jako je kácení Máje, letní zahradní slavnost nebo oslava výročí domova. Domov pro seniory při přípravě některých volnočasových aktivit spolupracuje s Mateřskou a Základní školou, Základní uměleckou školou a se Střední řezbářskou školou v Tovačově.

K doplnění informací od paní ředitelky jsem využila internetových stránek Domova pro seniory v Tovačově, které mi doporučila.

V rámci ročního aktivizačního plánu na rok 2015 se již uskutečnily nebo se chystají tyto aktivity:

- Leden – kinokavárna, cestománie, trénování paměti, ohlédnutí za rokem 2014, smyslová aktivizace, sportovní aktivity a canisterapie
- Únor – masopustní veselice, jubilanti 1/4 roku 2015, kinokavárna, cestománie, trénování paměti, sportovní aktivity, canisterapie, smyslová aktivizace
- Březe – oslava MDŽ, oslava Josefa, kinokavárna, cestománie, trénování paměti, sportovní aktivity, canisterapie, smyslová aktivizace
- Duben – stavění Máje, čarodějnice, kinokavárna, cestománie, trénování paměti, sportovní aktivity, canisterapie, pečení perníčků, Velikonoční posezení, smyslová aktivizace
- Květen – svátek matek, jubilanti 2/4 roku 2015, kácení Máje, kinokavárna, cestománie, trénování paměti, sportovní aktivity, canisterapie, smyslová aktivizace
- Červen – sportovní aktivity v jiných DS, kinokavárna, cestománie, canisterapie, trénování paměti, sportovní aktivity, výlety, smyslová aktivizace
- Červenec – smyslová aktivizace, kinokavárna, cestománie, trénování paměti, canisterapie, pečení koláčů, sportovní aktivity
- Srpen – velký petanque, kinokavárna, trénování paměti, zahradní slavnost, canisterapie, sportovní aktivity, smyslová aktivizace
- Září – sportování v jiných DS, pečení štrůdlu, Hodová zábava, kinokavárna, smyslová aktivizace, jubilanti 3/4 roku 2015, cestománie, trénování paměti, sportovní aktivity
- Říjen – kinokavárna, cestománie, sportovní aktivity, trénování paměti, smyslová aktivizace, canisterapie

- Listopad – Martinská zábava, příprava na Advent, jubilanti 4/4 roku 2015, kinokavárna, cestománie, trénování paměti, canisterapie, sportovní aktivity, smyslová aktivizace
- Prosince – Mikuláš, Mikulášská zábava, adventní vystoupení, šipky v Hranicích, Silvestrovský turnaj v šípkách, kinokavárna, trénování paměti, sportovní aktivity, smyslová aktivizace (Domov pro seniory Tovačov. [online], Dostupné z: <http://www.dstovacov.cz/sluzba-domov-pro-seniory/plan-akci-na-rok-2015>).

Smyslová aktivizace slouží k trénování lidských smyslů a paměti. Jemná motorika je trénovaná navlékáním korálků, zapínáním knoflíků či skládáním puzzle nebo třeba vystřiháním a poskládáním papírových skládaček. Zapojení smyslů se trénuje za pomoci koření. Trénuje se i posuzování a srovnávání předmětů různé váhy a z různých materiálů. Kufr plný vzpomínek je práce se vzpomínkami. Klienti si donesou fotografie, oblíbenou knihu, růženec nebo jakýkoliv předmět spojený se vzpomínkami a vypráví si o zážitcích spojených s těmito věcmi. Četba knihy bývá na téma například masopust, Velikonoce, pálení čarodějnic. V jarním čase se přesazují květiny a chystá přísada.

Canisterapie volně se tento pojem vysvětluje jako terapie za pomoci psů. Při této terapii se využívá pozitivního vlivu psa na zdravotní stav člověka. Tento způsob terapie klade důraz na psychologické, citové a sociálně – integrační problémy. Fyzické zdraví člověka je druhotné. Pejsky vhodné pro canisterapie má domov své.

Cestománie je posezení s fotkami a videi z cizokrajných dovolených.

V současné době se začaly organizovat výlety podle návrhů klientů a pan hejtman pro seniory v domově jako dar zajišťuje divadlo, balet i koncert.

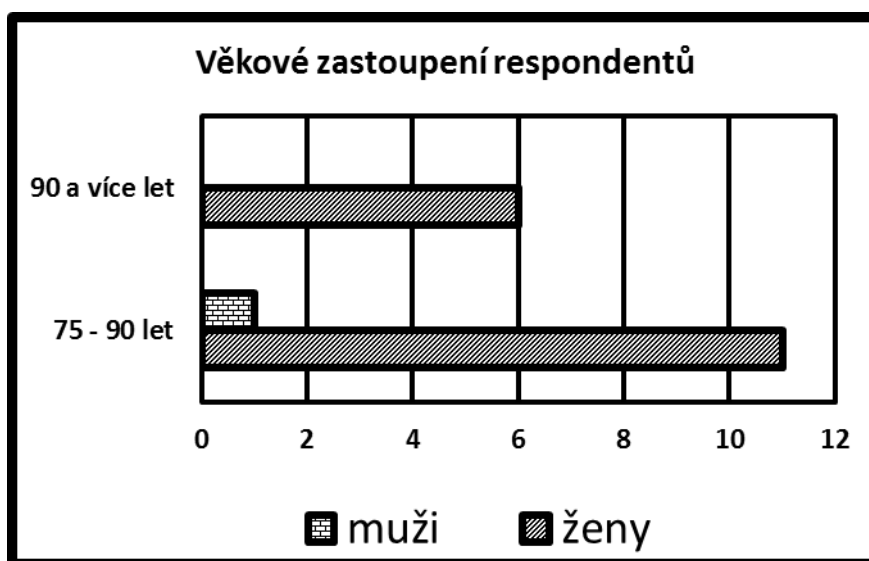
10.2 Využití volnočasových aktivit ze strany klientů Domova pro seniory

V domově pro seniory bylo rozdáno 97 dotazníků, vyplněných se vrátilo pouze 18 dotazníků. Malou návratnost přisuzují zdravotnímu stavu oslovených respondentů. Za pomoci grafů a tabulek jsou vyhodnoceny jednotlivé položky z dotazníku. Prvních 5 položek dotazníkového šetření je zaměřeno na demografické údaje o respondentech, neboť ovlivňují

výběr volnočasových aktivit. Čtvrtá položka dotazníkového průzkumu byla zaměřena na rozdělení respondentů bydlících v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory. V následujících grafech a tabulkách se pracuje pouze s daty, od respondentů bydlících v Domově pro seniory.

První položka pohlaví. Z respondentů je pouze jeden muž a zbylých 17 jsou ženy.

Druhá položka věk.



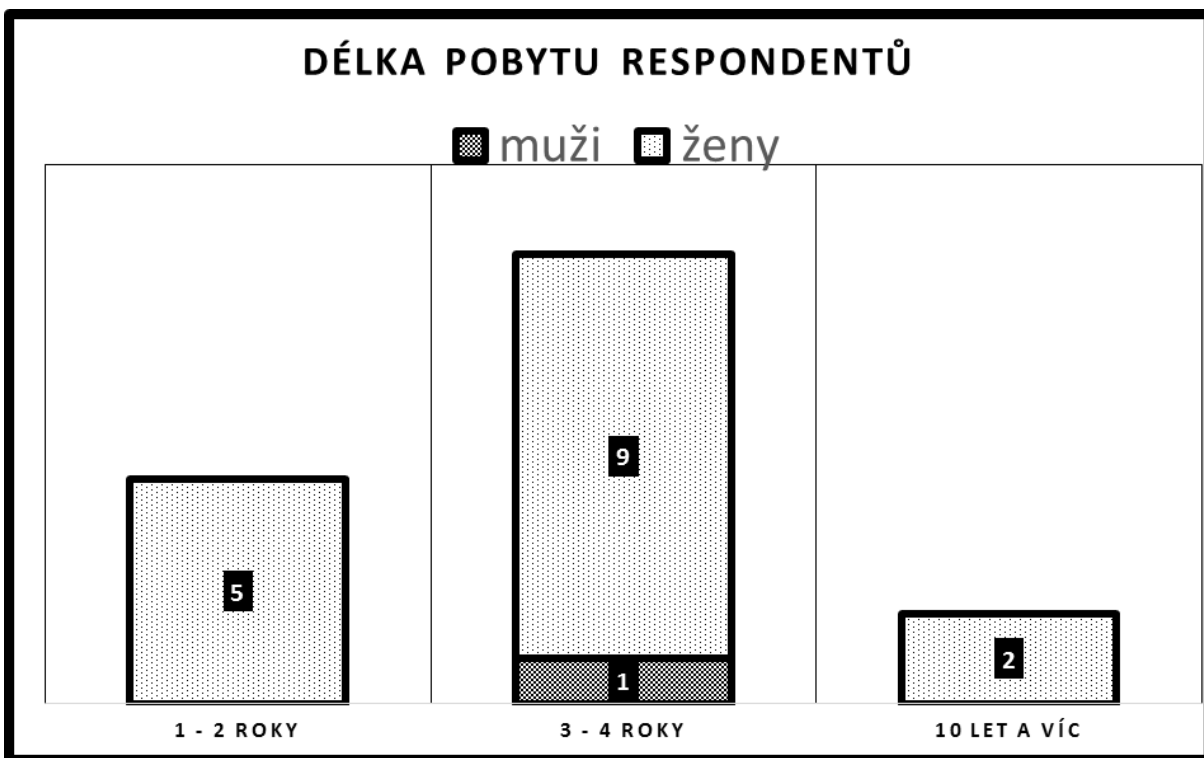
Graf č. 12 – Pohlaví respondentů v domově pro seniory

Věkové zastoupení respondentů	ženy	muži
75 - 90 let	11	1
90 a více let	6	0

Tabulka č. 4 - Věkové zastoupení respondentů v domově pro seniory

Muž je ve věku mezi 75 – 90 lety a žen ve věkové kategorii 75 – 90 je 11. 6 žen má 90 a více let. Tyto informace jsou zobrazeny v grafu č. 12 a v tabulce č. 4.

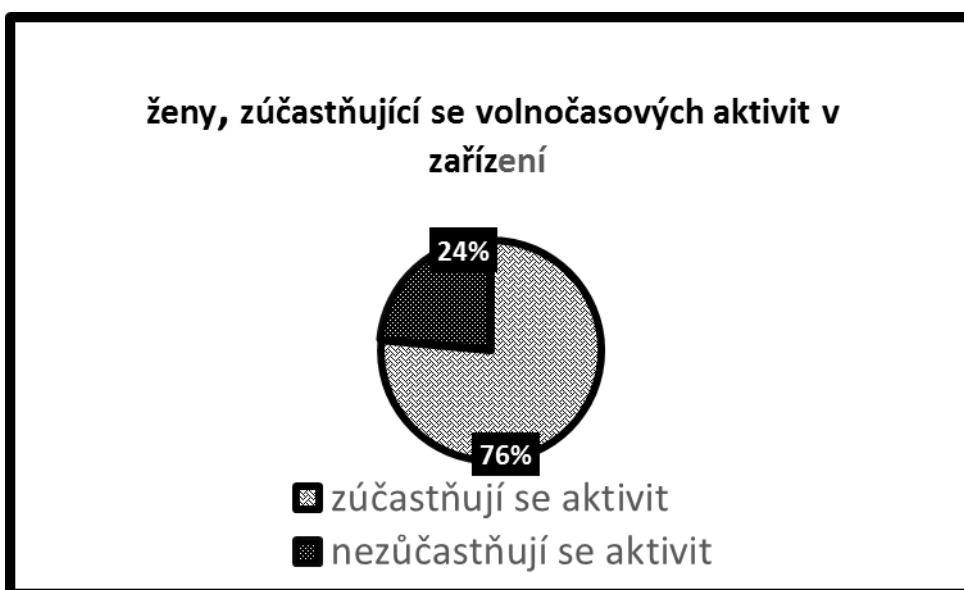
Třetí položka rodinný stav. 16 respondentek jsou vdov, 1 je rozvedená a muž je také rozvedený.



Graf č. 13 – Délka pobytu respondentů v domovech pro seniory

Muž bydlí v domově 3 – 4 roky stejně tak dlouho zde bydlí 9 žen. 5 respondentek bydlí v domově 1 – 2 roky, 9 žen 3 – 4 roky a 2 ženy zde bydlí 10 a více let. Což je vidět na grafu č. 13.

Šestá položka spokojenou s nabídkou volnočasových aktivit. Spokojeni s nabídkou volnočasových aktivit byli všichni respondenti.



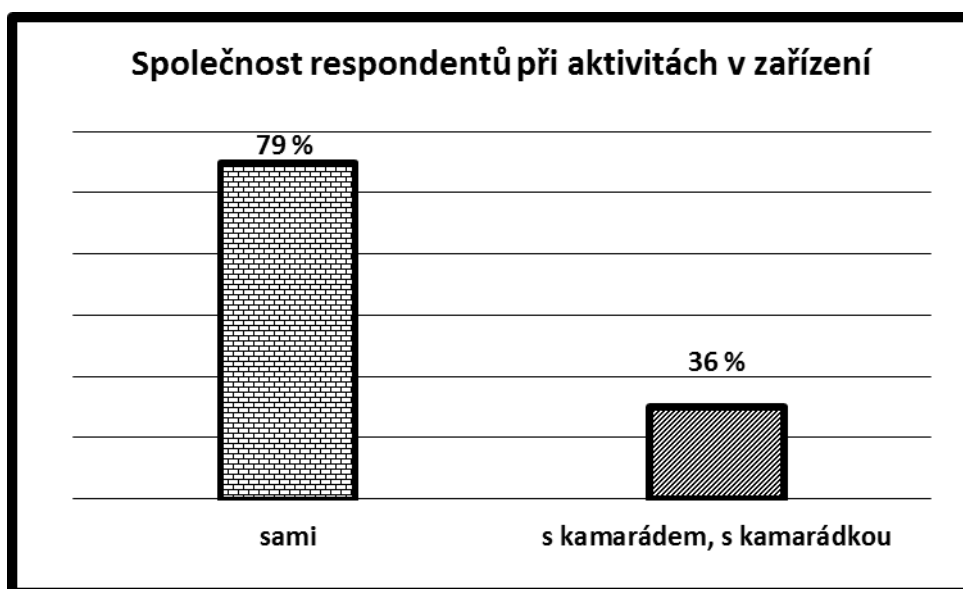
Graf č. 14 – Využití volnočasových aktivit v domově pro seniory u žen

Sedmá položka účast na aktivitách - z respondentů se 76% účastní volnočasových aktivit a 24% neúčastní, jak je vidět na grafu č. 14.

Osmá položka umožňuje respondentovi rozepsat se o volnočasových aktivitách, které navštěvují.

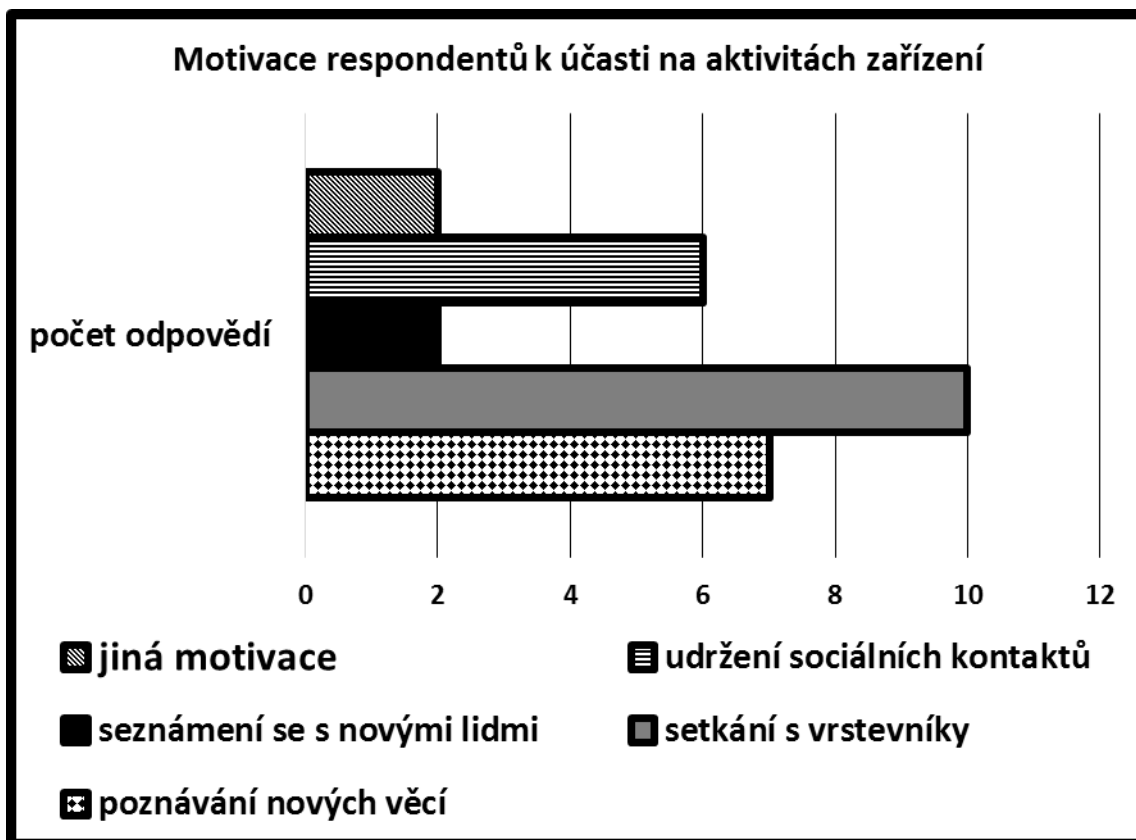
Na tuto položku odpovídali již jen ti respondenti, co tyto aktivity využívají. Nejčastěji se objevovaly aktivity jako zkouška paměti, bingo, cvičení, šipky, soutěže paměti, člověče nezlob se, různá tělesná cvičení, práce v dílně, luštění křížovek, ruční práce, pečení v kuchyni, soutěže, hraní karet, kino a kuželky.

Devátá položka s kým aktivity senioři navštěvují. 79% respondentů se aktivit účastní samo. 36% chodí na aktivity s kamarádem nebo kamarádkou. To je uvedeno v grafu č. 15.



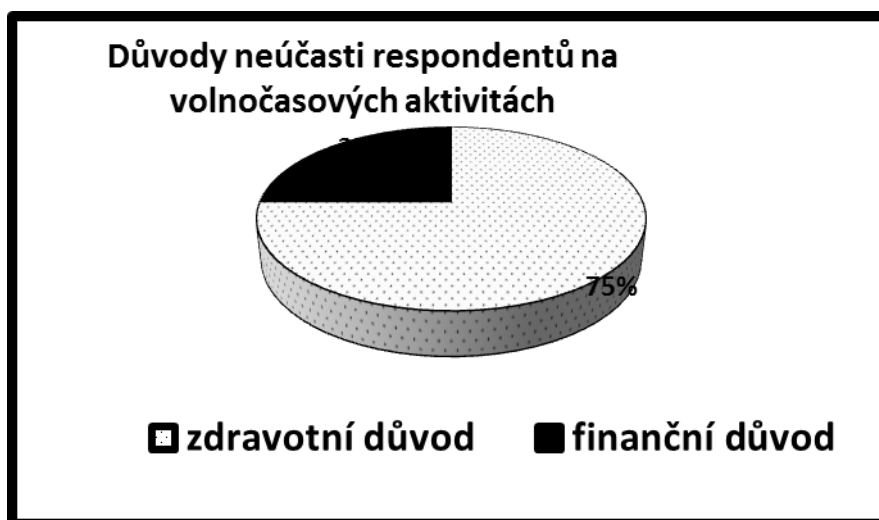
Graf č. 15 – Porovnání společnosti respondentů při aktivitách v domě pro seniory

Desátá položka motivace účastníků na volnočasových aktivitách. Na tuto položku byla možnost více odpovědí, proto tabulka znázorňuje počet odpovědí na jednotlivé možnosti. Největší motivací je setkání s vrstevní, poznávání nových věcí, udržení sociálního kontaktu, jiná motivace a seznámení s novými lidmi je na stejné úrovni. To je zobrazeno na grafu č. 16.



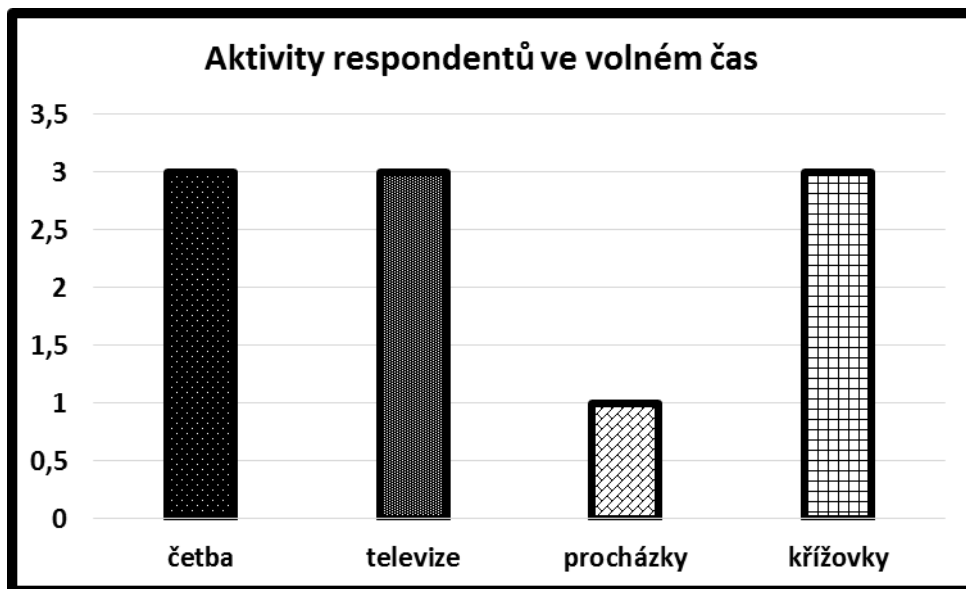
Graf č. 16 – Motivace respondentů k účasti na aktivitách v domě pro seniory

Jedenáctá položka proč se neúčastní nabízených volnočasových aktivit. Většina respondentů celých 75% se neúčastní volnočasových aktivit ze zdravotních důvodů. 25% z důvodu finančních – zobrazeno na grafu č. 17.



Graf č. 17 – Důvody respondentů k neúčasti na volnočasových aktivitách v domově pro seniory

Dvanáctá položka dotazníkového šetření se ptá na aktivity seniorů, kteří se neúčastní volnočasových aktivit. Tito senioři se věnují četbě, sledování televize, luštěním křížovek a procházkám. To je patrné z grafu č. 18.



Graf č. 18 – aktivity respondentů ve volném čase

Diskuze

Tato kapitola obsahuje průzkumné otázky a potvrzení nebo vyvrácení stanovaných hypotéz. Pro potvrzení či vyvrácení hypotéz byly použity výsledky ze sběru dat za pomoci rozhovorů a dotazníkového šetření.

Průzkumné otázky:

3. Jaká je nabídka volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory v Mikroregionu Střední Haná?

4. Jaké je využití nabízených aktivit ze strany klientů žijících v těchto zařízeních?

Hypotéza č. 1: Nabídka volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory bude rozsáhlá.

Tato hypotéza se mi potvrdila v Domech s pečovatelskou službou v městě Kojetín. Z rozhovoru s paní ředitelkou Centra sociálních Služeb o. p. Kojetín, které volnočasové aktivity nabízí, jsem zjistila, že obyvatelé domů mají možnost účastnit se aktivit zaměřených na různé oblasti. Jedná se o besedy, přednášky, výlety do blízkého okolí, posezení s hudbou, grilování, procvičování jemné motoriky a paměti, rukodělné činnosti, promítání filmů, návštěvu muzeí a výstav.

V Domě s pečovatelskou službou ve městě Němčice nad Hanou se mi hypotéza nepotvrdila, protože jsem z rozhovoru s pečovatelkou, které zde zajišťuje pečovatelskou službu, jsem zjistila, že žádné volnočasové aktivity Dům s pečovatelskou službou nenabízí. Paní pečovatelka ovšem pomáhá seniorům zařídit, alespoň besídky dětí ze školky a vystoupení žáků umělecké školy.

V Domově pro seniory ve městě Tovačov se hypotéza potvrdila. Z rozhovoru s ředitelkou jsem zjistila, že nabízí rozsáhlé možnosti volnočasových aktivit pro své klienty. Při volnočasových aktivitách se ctí tradice a zvyky, což ovlivňuje náplň činností. Klienti se mohou účastnit činností, jako je kácení Máje, pálení čarodějnic, oslava MDŽ, velikonočních oslav, Hodové zábavy. Nabízena je i smyslová aktivizace, kde se procvičuje

jemná motorika a paměť, canisterapie, což je terapie probíhající za pomoci psů, Cestománie, což je promítání obrázků a videí z dovolených v cizině, sportovní aktivity, Kinokavárna – promítání filmů, vaření a výlety. V domově se pravidelně jednou za 1/4 roku slaví narozeniny jubilantů.

Hypotéza č. 2: Využití nabízených volnočasových aktivit ze strany klientů bude v nadpoloviční většině.

V Domech s pečovatelskou službou ve městě Kojetín se mi tato hypotéza potvrdila. Ze 74 respondentů, z nichž 62 osob ženského pohlaví a 12 osob mužského, se volnočasových aktivit účastní 52% žen a 58% mužů.

V Domově s pečovatelskou službou se hypotéza nepotvrdila, protože zde žádné volnočasové aktivity nenabízí.

V Domově pro seniory se mi hypotéza potvrdila. Z 18 respondentů byl 1 muž a 17 žen. Muž se nabízených aktivit účastní a žen se účastní 74% z respondentek

Závěr

V teoretické části práce se podařilo vymezit a popsat jednotlivé pojmy spojené s tématem bakalářské práce v několika kapitolách. V praktické části jsem se zabývala zdokumentováním volnočasových nabídek a jejich využitím.

Zdokumentování volnočasových nabídek v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná se mi podařilo za pomoci rozhovorů s ředitelkami a pečovatelkou splnit. Dle mého názoru je nabídka volnočasových aktivit velmi pestrá a bohatá. Oblasti nabízených aktivit zahrnují aktivity zaměřené na fyzický i duševní rozvoj jedince. Obohacují člověka o nové zážitky a zkušenosti. Mají pozitivní vliv na život obyvatelů domů i domovů. Účast na volnočasových aktivitách nabízených obyvatelům domů s pečovatelskou službou a v domově pro seniory se mi potvrdila také. Tím jsem dosáhla potvrzení svých hypotéz. Bohužel Dům s pečovatelskou službou ve městě Němčice nad Hanou nenabízí pro obyvatele žádné volnočasové aktivity, což mě osobně hodně překvapilo. Díky ochotě paní pečovatelky jim alespoň při příležitosti Mikuláše a v adventní čas, zajistí besídku dětí z Mateřské školky.

Hlavní cíl bakalářské práce zdokumentovat nabídku volnočasových aktivit v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná a zjistit využití nabízených aktivit ze strany klientů z těchto zařízení se mi podařilo naplnit. Dokládají to výsledky z rozhovorů vedených s ředitelkami Domů s pečovatelskou službou a Domovu pro seniory. Z výsledků dotazníkového šetření vyplývá vysoké využití volnočasových aktivit ze strany obyvatelů Domů s pečovatelskou službou a v Domově pro seniory.

Seznam použité literatury:

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Vyd. 2., aktualiz. Praha: Portál, 2011, 239 s. ISBN 978-80-262-0030-7.

HAŠKOVCOVÁ, Helena a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012, 194 s. ISBN 978-807-2629-008.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, 202 s. Sestra. ISBN 978-802-4721-699.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 3. přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 1998, 343 s., obr. ISBN 80-716-9195-X.

MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011, 328 s. ISBN 978-802-4731-483.

MLÝNKOVÁ, Jana. *Péče o staré občany: učebnice pro obor sociální činnost*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011, 192 s. ISBN 978-802-4738-727.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009, 203 s. ISBN 978-802-1050-297.

PACOVSKÝ, Vladimír. *Gerontologie/Vladimír Pacovský, Hana Heřmanová*. Praha: Avicenum, 1981. Nemá ISBN

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2002, 231 s. ISBN 80-717-8711-6.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999, 229 p. ISBN 80-717-8295-5.

POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. ISBN 9788024732718.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003, 322 s. ISBN 80-717-8772-8.

PŘÍHODA, Václav. *Ontogeneze lidské psychiky*. 1. vyd. Praha: SPN, 1967, 234 s.

RHEINWALDOVÁ, Eva. *Novodobá péče o seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 1999, 86 s. ISBN 80-716-9828-8.

ŠERÁK, Michal. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 207 s. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 3., upr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 189 s. ISBN 978-80-244-2433-0.

ŠTILEC, Miroslav. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 135 s. ISBN 80-717-8920-8.

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2015, 574 s. ISBN 978-802-6207-146.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 4., rozš. a přeprac. Praha: Portál, 2008, 870 s. ISBN 978-80-7367-414-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007, 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Základy pedagogiky volného času*. 2. vyd. Praha: Print Typia spol.,s.r.o., 2001.

Internetové zdroje:

Domov pro seniory Tovačov. [online]. [cit. 2015-04-20]. Dostupné z: <http://www.dstovacov.cz/sluzba-domov-pro-seniory/plan-akci-na-rok-2015>

Průvodce sociálními službami v Mikroregionu Střední Haná 2006. PROKEŠOVÁ, Ludmila. [online]. [cit. 2015-04-20]. Dostupné z: <http://www.strednihana.cz>

ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách. Zákony pro lidi. [online]. [cit. 2015-03-17]. Dostupné z: <http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108>

ČESKO. MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ, 2012. MPSV: *Ministerstvo práce a sociálních věcí* [online]. [cit. 2015-03-17]. Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/13368>

Jiné zdroje:

Vyhláška ministerstva práce a sociálních věcí České republiky č. 505/2006 Sb. ze dne 15. listopadu 2006 ve znění vyhlášky č. 389/2013 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách.

Seznam grafů

Graf č. 1 – Pohlaví respondentů

Graf č. 2 – Věkové zastoupení respondentů

Graf č. 3 – Rodinný stav respondentů

Graf č. 4 – Délka pobytu respondentů

Graf č. 5 – Spokojenost respondentů s nabídkou volnočasových aktivit v domově s pečovatelskou službou

Graf č. 6 – Využití volnočasových aktivit v domově s pečovatelskou službou u mužů

Graf č. 7 – Využití volnočasových aktivit v domově s pečovatelskou službou u žen

Graf č. 8 – Porovnání společnosti respondentů při aktivitách v domově s pečovatelskou službou

Graf č. 9 – Motivace respondentů k účasti na aktivitách v domově s pečovatelskou službou

Graf č. 10 – Důvody respondentů k neúčasti na volnočasových aktivitách

Graf č. 11 – Aktivity respondentů ve volném čase

Graf č. 12 – Věkové zastoupení respondentů v domově pro seniory

Graf č. 13 – Délka pobytu respondentů v domovech pro seniory

Graf č. 14 – Využití volnočasových aktivit v domově pro seniory u žen

Graf č. 15 – Porovnání společnosti respondentů při aktivitách v domě pro seniory

Graf č. 16 – Motivace respondentů k účasti na aktivitách v domě pro seniory

Graf č. 17 – Důvody respondentů k neúčasti na volnočasových aktivitách v domově pro seniory

Graf č. 18 – Aktivity respondentů ve volném čase v domě pro seniory

Seznam tabulek:

Tabulka č. 1 – Věkové zastoupení respondentů

Tabulka č. 2 – Rodinný stav respondentů

Tabulka č. 3 - Spokojenost respondentů s nabídkou volnočasových aktivit v domově s pečovatelskou službou v procentuálním vyjádření

Tabulka č. 4 - Věkové zastoupení respondentů v domově pro

Dotazníkový průzkum

Dobrý den,

jmenuji se Radka Dvouletá a jsem studentkou Univerzity Palackého v Olomouci. Píši bakalářskou práci na téma Volnočasové aktivity pro seniory v Domech s pečovatelskou službou a v Domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná. Chtěla bych Vás tímto požádat o vyplnění předloženého dotazníkového průzkumu, **jehož cílem je zjistit využití nabízených volnočasových aktivit v domech s pečovatelskou službou a v domovech pro seniory jejich klienty.** Dotazníkový průzkum je zcela anonymní a **Vaše odpovědi mi poslouží jako materiál k bakalářské práci.** Své odpovědi prosím kroužkujte.

1. Vaše pohlaví?

A: muž

B: žena

2. Váš věk?

A: 60 – 75 let

B: 75 – 90 let

C: 90 a víc let

3. Váš rodinný stav?

A: vdaná, ženatý

B: svobodná, svobodný

C: vdova, vdovec

D: rozvedená, rozvedený

4. Bydlíte v:

A: domově s pečovatelskou službou

B: domově pro seniory

5. Jak dlouho zde bydlíte?

- A: méně než rok
- B: 1 – 2 roky
- C: 3 – 4 roky
- D: 5 – 9 let
- E: 10 a více let

6. Jste spokojen s nabídkou volnočasových aktivit pro Vás?

- A: ano
- B: ne

7. Využíváte volnočasových aktivit, které jsou Vám nabízeny? (pokud je Vaše odpověď NE, prosím přejděte na otázky č. 12. a 13.)

- A: ano
- B: ne

8. Zde prosím napište, které Vám nabízené aktivity navštěvujete:

9. Aktivit se zúčastňujete:

- A: sám, sama
- B: s kamarádkou, s kamarádem
- C: s rodinným příslušníkem

10. Co Vás motivuje k účasti na aktivitách?

- A: poznávání nových věcí
- B: setkání se s vrstevníky
- C: seznámení se s novými lidmi
- D: udržení již navázaných kontaktů
- E: jiné ...

11. Nezúčastňuji se aktivit z důvodu (vyplňte pouze v případě, že jste u otázky č. 7 odpověděli NE)

- A: zdravotního
- B: finančního
- C: mám dostatek vlastních aktivit

12. Ve volném čase se věnuji?

- A: četba
- B: televize
- C: procházky
- D: křížovky
- E: jiné ...

Děkuji za Váš čas a Vaše odpovědi.

11 ANOTACE

Jméno a příjmení:	Radka Dvouletá
Katedra:	Ústav pedagogiky a sociálních studií
Vedoucí práce:	PaedDr. Alena Jůvová, Ph.D.
Rok obhajoby:	2015

Název práce:	Volnočasové aktivit pro seniory v domech s pečovatelskou službou a v domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná
Název v angličtině:	Hobby activities of elderly peoples in the domiciliary service houses and in aged-people's homes in the Stredni Hana region
Anotace práce:	Bakalářská práce je zaměřena na zdokumentování volnočasových aktivit nabízených v domech s pečovatelskou službou a v domovech pro seniory v Mikroregionu Střední Haná a jejich využití od klientů žijících v těchto zařízeních. Teoretická část obsahuje informace o pojmech stáří, stárnutí, komunikace se seniory, domy s pečovatelskou službou, domy pro seniory a volný čas, které jsou třeba znát pro lepší pochopení tématu. Praktická část se zabývá popisem lokality, kde probíhal výzkum. Jedná se o jednotlivé domy s pečovatelskou službou a domovy pro seniory, v nichž je zkoumaná nabídka volnočasových aktivit a následně zdokumentovaná pomocí rozhovorů s ředitelkami a pečovatelkou. Dále byla zjišťována za pomoci dotazníku návštěvnost nabízených aktivit ze strany klientů těchto zařízení. Závěr práce se věnuje popisu aktuální nabídky

	volnočasových aktivit pro klienty domů s pečovatelskou službou a v domově pro seniory v dané lokalitě. Také se zabývá otázkou zájmu klientů o tuto nabídku.
Klíčová slova:	stáří, stárnutí, komunikace se seniory, dům s pečovatelskou službou, dům pro seniory, volný čas, volnočasová aktivita
Anotace v angličtině:	The aim of this thesis is to explore and present free time activities offer in home care institutions and senior houses in Microregion Střední Haná and its use among the clients. Theoretical part of work includes information about terms such as old age, ageing, communication with seniors, home care institutions, senior houses and free time which are necessary to be familiar with to understand the context. Practical part deals with the description of locations where research was done. These were home care institutions and senior houses in which the free time activities offer was explored by interviewing directresses and responsible care persons. The number of clients interested in free time activities offer was surveyed with use of questionnaires as well. Last part of the thesis describes free time activities offer in home care institutions and senior houses in locations given. It also deals with popularity of these activities among clients.
Klíčová slova v angličtině:	old age, ageing, communication with seniors, home care institutions, senior houses, free time, free time activity
Přílohy vázané v práci:	dotazník

Rozsah práce:	49 stran 73 128 znaků
Jazyk práce:	český