

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**

**PEDAGOGICKÁ FAKULTA**

**Ústav pedagogiky a sociálních studií**

**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

**LENKA BURIANOVÁ**

**Sociální integrace a rizika sociálního vyloučení seniorů**

**Olomouc 2013**

**Vedoucí práce: Mgr. Dagmar Pitnerová, Ph.D.**

Prohlašuji, že jsem závěrečnou diplomovou práci vypracovala samostatně. Veškeré literární a ostatní prameny, které jsem v práci využila, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně Univerzity Palackého v Olomouci.

V Přerově 15. 4. 2013

.....

Poděkování:

Děkuji Mgr. Dagmar Pitnerové, Ph.D. za odborné vedení mé diplomové práce, za její trpělivost, cenné rady, ochotu a vstřícný přístup.

Dále bych chtěla poděkovat přátelům, známým i neznámým lidem za ochotu při vyplňování dotazníku a především osmi seniorům, kteří mi otevřeli svá srdce a dovolili mi nahlédnout do jejich životů při našich vzájemných rozhovorech. Zároveň patří mé poděkování lidem, věnujícím se seniorům v různých zájmových organizacích za poskytnutí cenných informací.



Obrázek č. 1: Stáří<sup>1</sup>

*„Krásní mladí lidé jsou hříčkou přírody, ale krásní staří lidé jsou umělecká díla.“*

Johann Wolfgang Goethe

---

<sup>1</sup> Vlastní.

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	Bc. Lenka Burianová
<b>Katedra:</b>	Ústav pedagogiky a sociálních studií
<b>Vedoucí práce:</b>	Mgr. Dagmar Pitnerová, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2013

<b>Název práce:</b>	Sociální integrace a rizika sociálního vyloučení seniorů
<b>Název v angličtině:</b>	Social integration and risk of social exclusion among older people
<b>Anotace práce:</b>	Diplomová práce se zabývá seniory žijícími v jejich přirozeném prostředí v Přerovském regionu. Změnami provázející stáří a stárnutí. Seznamuje s funkcí rodiny a společnosti v souvislosti s kvalitou jejich života a sociální integrací. Definuje možná rizika sociálního vyloučení vlivem rodiny, společnosti a jich samotných. V praktické části jsou zpracovány rozhovory se seniory, rozhovory s pracovníky organizací, zabývajících se aktivizací seniorů a vyhodnocení dotazníků od seniorů Přerovského regionu žijících v přirozeném prostředí.
<b>Klíčová slova:</b>	Senior, změny ve stáří, rodina, společnost, kvalita života seniorů, sociální začleňování seniorů, rizika sociálního vyloučení seniorů, Přerovský region.
<b>Anotace v angličtině:</b>	This master degree thesis addresses older people who live in their own natural environment in Prerov region. The thesis aims the changes that accompany old age and ageing process, it introduces the function of family and society in connection with their quality of their life and social integration. It defines possible risk of social exclusion among older people by force of family, society and by themselves. The practical parts includes interviews with older people, interviews with workers in organizations that deal with acvitzization of older people, and

	evaluation of questionnaire from older people living in Prerov region natural environment.
<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	Older people, changes in one's old age, family, quality of life, social integration of older people, risk of social exclusion of older people, Prerov region
<b>Přílohy vázané v práci:</b>	1: Seznam obrázků, tabulek a grafů 2: Přepis rozhovorů 3: Dotazník 4: Tabulky a grafy - dotazník 5: Tabulky výzkumu 6. Rozhovory – zástupci organizací
<b>Rozsah práce:</b>	95 stran
<b>Jazyk práce:</b>	český

<b>ÚVOD .....</b>	<b>13</b>
<b>TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>16</b>
<b>1 SENIOŘI .....</b>	<b>17</b>
1.1 HRANICE STÁŘÍ.....	19
1.2 DEMOGRAFICKÉ ÚDAJE.....	20
1.3 PSYCHICKÉ ZMĚNY U SENIORŮ .....	22
1.4 FYZICKÉ ZMĚNY U SENIORŮ.....	26
1.5 SOUČASNÍ SENIOŘI.....	29
<b>2 SOCIÁLNÍ INTEGRACE SENIORŮ.....</b>	<b>32</b>
2.1 SOCIÁLNÍ ZMĚNY U SENIORŮ .....	35
2.2 FUNKCE RODINY .....	37
2.3 FUNKCE SPOLEČNOSTI .....	41
2.4 PRACUJÍCÍ SENIOR .....	45
2.5 SENIOR JAKO POŽIVATEL STAROBNÍHO DŮCHODU .....	48
<b>3 RIZIKA SOCIÁLNÍHO VYLOUČENÍ SENIORŮ.....</b>	<b>54</b>
3.1 VNĚJŠÍ VLIVY .....	55
3.2 VNITŘNÍ VLIVY .....	56
3.3 FAKTORY MINIMALIZUJÍCÍ SOCIÁLNÍ VYLOUČENÍ SENIORŮ.....	58
<b>EMPIRICKÁ ČÁST.....</b>	<b>61</b>
<b>4 VÝZKUM.....</b>	<b>62</b>
4.1 STANOVENÍ VÝZKUMNÝCH CÍLŮ A VÝZKUMNÝCH PŘEDPOKLADŮ .....	63
4.2 METODOLOGIE, ORGANIZACE VÝZKUMU A CÍLOVÉ SKUPINY .....	64
4.3 VLASTNÍ VÝZKUM .....	66
4.4 VÝZKUMNÉ ZÁVĚRY .....	89
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>91</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ .....</b>	<b>92</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH</b>	

# ÚVOD

Dnešní doba není jednoduchá. Neustále se měnící podmínky ve společnosti, především v ekonomické sféře, zvyšování nároků a požadavků prakticky na cokoli a kohokoliv, se velmi negativně odráží ve všech oblastech života lidí. Mezi nejpočetněji ohroženou skupinu, které se neustále změny velmi dotýkají, bezesporu patří senioři. Důchodové dávky jim mnohdy nestačí k zajištění základních životních podmínek. Současní senioři jsou lidé, kteří většinou poctivě pracovali po celý svůj produktivní věk. Bohužel, zejména v dnešní době mnoho z nich spíš přežívá. Vzhledem k současným ekonomickým represím se stále více seniorů ocitá na hranici chudoby. Díky neutěšenému stavu v systému našeho zdravotnictví dochází k neustále se zvyšujícím platbám za lékařskou péči, léky a zdravotní pomůcky. Zvyšují se výdaje za bydlení, potraviny a tím spojené stravování. Dopravní obslužnost se zhoršuje, senioři nemají téměř žádné slevy na dopravu. Vše negativně ovlivňuje již tak špatnou ekonomickou situaci většiny seniorů. Vzhledem k vysoké míře nezaměstnanosti nejsou schopni, i když mnozí chtějí, najít si práci či brigádu. Pohled dnešní společnosti na seniory také není dobrý. Senioři jsou odsouváni na okraj společenského života. Očekává se od nich pokora a tiché trpění stávající situace. Mladí lidé jsou přesvědčeni, že senioři jim berou práci a dávají to patřičně najevo. Velká většina mladých rodin nemá čas ani prostředky, aby se postarali o své rodiče. Je to smutný obraz dnešní doby. Neúcta ke stáří, zloba na pracující seniory, absence základních morálních hodnot, to vše vytváří velkou hrozbu sociální exkluze seniorů.

Vzhledem k demografickému vývoji a prognózám zvyšování počtu seniorské populace je nutné a velmi důležité se problematikou sociální integrace a riziky sociálního vyloučení seniorů zabývat.

V nejbližší době bude nutné usilovat o zvýšení sociální integrace seniorů a nedopustit jejich sociální vyloučení ze společnosti. Zaslouží si být zařazeni do života společnosti s úctou. Mít možnost plnohodnotně, kvalitně a důstojně prožít zbytek svého života. Důležité a nanejvýš vhodné je zaměřit se na výchovu a vytváření pozitivního postoje mladší generace k seniorům. Pomoci seniorům zapojit se do života společnosti a vytvořit jim k tomu vhodné podmínky.

Diplomová práce se věnuje problematice seniorů především z hlediska kvality jejich života, možnostem jejich aktivního prožívání a zapojení do společnosti. Poukazuje na možná rizika vedoucí k jejich sociálnímu vyloučení. Téma bylo zvoleno vzhledem k aktuálnímu postavení seniorů v naší společnosti a na základě mezigeneračních postojů a vnímání. Zvolená problematika mne zaujala především z vlastních zkušeností při setkávání se



seniory, ať ve vlastní rodině, rodinách mých přátel a známých, ale také na základě všudypřítomných diskusí na téma seniorů.

Výzkum je směřován do Přerovského regionu. Důvodem zvolení místa výzkumu je přítomnost značného počtu seniorů, se kterými se dlouhodobě setkáváme právě v této lokalitě. Tím je zajištěn přístup k pravdivým a objektivním informacím.

Zabývat se samostatně žijícími seniory jsem se rozhodla na základě mých dosavadních zkušeností a praxí v pobytových zařízeních sociálních služeb, neboť jsem poznala, že zde je sociální integrace zajištěna a rozvíjena. Z tohoto důvodu se na tuto skupinu seniorů nebudu zaměřovat.

**Hlavním cílem** diplomové práce je charakterizovat, zda aktivity seniorů Přerovského regionu žijících ve svém přirozeném prostředí jsou dostatečné pro zachování kvality jejich života a prostřednictvím výzkumu zmapovat možná rizika sociálního vyloučení.

**Dílčí cíle** jsou:

- Seznámit se s demografickým vývojem společnosti a objasnit změny související se stárnutím a stářím.
- Charakterizovat funkce rodiny a společnosti ovlivňující kvalitu života seniorů a vliv těchto funkcí na možná rizika vedoucí k sociální exkluzi seniorů.
- Zjistit prostřednictvím rozhovorů, zda respondenti výzkumu mají odlišné názory a postoje na kvalitu jejich života, dále pak možnosti jejich aktivit a zapojení do života komunity a společnosti.
- Zjistit, zda respondenti mají možnosti aktivit přispívajících ke kvalitě jejich života a popsat faktory přispívající k možným rizikům jejich sociálního vyloučení.
- Zmapovat, jak vnímají seniory zástupci vybraných organizací nabízejících volnočasové aktivity.

Diplomová práce je rozdělena do čtyř kapitol. Úvodní kapitola objasňuje pojem senior, co je považováno za hranici stáří a dále uvádí demografické údaje o stárnutí populace. Zabývá se psychickými a fyzickými změnami u seniorů a charakterizuje současný život seniorů. Druhá kapitola je věnována sociální integraci seniorů z pohledu sociálních změn, které přináší stáří a stárnutí. Rovněž se věnuje funkci společnosti a rodiny, ovlivňující kvalitu jejich života. Ve třetí kapitole jsou objasněna možná rizika sociálního vyloučení seniorů ze strany společnosti, rodiny a uvedeny faktory minimalizující sociální vyloučení seniorů.

Empirická část je vypracována pomocí smíšeného výzkumu. Kvalitativní část je realizována formou rozhovorů se seniory a s pracovníky organizací věnujících se seniorům. Kvantitativní část formou dotazníkového šetření realizovaného mezi seniory žijícími ve svém přirozeném prostředí v Přerovském regionu.

Problematikou kvality života seniorů, jejich začleňováním do společnosti a možnými riziky sociálního vyloučení se u nás zabývají např. Magdalena KOTÝNKOVÁ, Anna ČERVENKOVÁ, Petr MAREŠ, Tomáš SIROVÁTKA, Lenka VOHRALÍKOVÁ, Ladislav RABUŠIC. Dále Olga NEŠPOROVÁ, Kamila SVOBODOVÁ, Jitka VESELÁ a Lucie VIDOVIČOVÁ. Ze zahraničních autorů např. Alison JOHNSON, Helen HICKMAN MORRIS, Graham ROOM, John CREEDY a Mark A. KRAIN.

## **TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 SENIOŘI

Kvalitu života ve stáří významně ovlivňují faktory bio-psycho-sociální a spirituální. Nelze upírat ani důležitost životním zkušenostem a životním podmínkám. Každý člověk je vnímá subjektivně, a proto se pohled na kvalitu života věkem může měnit, stejně jako se mění zdravotní stav, sociální postavení a další okolnosti, včetně transkulturních vlivů. Život každého seniora je spojen rovněž z pohledu společenského, ekonomického, geografického a historického.<sup>2</sup>

Senioři nepředstavují jedinou homogenní skupinu, která je určena jediným společným znakem. Nejsou skupinou s identickými zájmy, potřebami a postoji. Sice můžeme říci, že senioři tvoří do určité míry se svými specifickými potřebami, hodnotovým světem a způsobem života kvalitativně odlišnou vrstvu každé populace, ale vnitřně je tato vrstva velmi heterogenní. Každý jednatel stárne ve svých projevech velmi individuálně, neopakovatelně a odlišně. Stáří odráží jedinečné osudy lidí a jejich životní příběhy.<sup>3</sup>

Vlastností, kterou mohou být staří lidé charakterizováni jako celek bez rozlišení, je to, že dokázali přežít.<sup>4</sup>

Člověk v podstatě stárne od narození. Není jednoduché termín stáří jasně vymezit. V současnosti je to předěl, který nastává v souvislosti s odchodem lidí z ekonomicky aktivní části života do starobního důchodu. Stále více lidí se dožívá vyššího věku. Stárnutí populace a snižování úmrtnosti je výsledkem přístupu lidí ke svému životu. Zdravý životní styl a moderní prostředky medicíny se nemalou měrou podílí na stále se zvyšujícím věku lidí. Vzhledem k neustále se prodlužující střední délce života, představuje etapa stáří v moderní společnosti časově delší, a tím i významnější fázi života člověka. Období stáří nabývá na důležitosti. V žádném případě ho nelze brát jako konec životní cesty. Dnes seniorský věk skýtá mnoho možností. Prožívat každý den aktivně a smysluplně. Být nadále platným členem společnosti. Senioři představují zásobu znalostí, dovedností a zkušeností.<sup>5</sup>

---

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

<sup>3</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

<sup>4</sup> HAMILTON, Ian-Stuart. „Key ideas in psychology“. Jessica Kingsley: 1999. ISBN 1853023590 pp 336.

<sup>5</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

Důsledkem přirozeného vývoje každého člověka, v seniorském věku o to víc zjevné, jsou jeho měnící se hodnotové žebříčky. Týkají se nejen uspokojování potřeb, ale také hodnot a individuálních preferencí každého jedince.<sup>6</sup>

S psychickou pohodou a spokojeností se životem souvisí subjektivní kvalita života, objektivní kvalita znamená splnění požadavků seniora na kvalitu materiálních a sociálních podmínek a fyzického zdraví.<sup>7</sup>

Jistě by bylo dobré změnit stereotypní pohledy na stárnutí a stáří. Nemít předsudky o významu seniorů ve společnosti, o jejich životě a postavení. Je na každém z nás, jak se k otázce seniorů postaví. Začátkem by mohlo být poznání života, problémů i radostí našich seniorů. Vždyť v budoucnu budou senioři tvořit stále větší část naší populace.<sup>8</sup>

A budou to senioři vzdělanější, sebevědomější, se širokými zájmy. Období stárnutí bude sloužit k realizaci jejich zájmů, na které jim dříve nezbyval čas. Senioři budou společenskou skupinou s většími nároky pro svůj život. Ať už se jedná o sféru finanční, či bydlení nebo celkového kulturního a sociálního vyžití. Dlouhověkost bude reálným jevem. Vždyť dnešní pětadesátníci jsou velmi činní a plní aktivity. Dlouhověkost bude mít možná i zásadní vliv na proměnu a klima společnosti. Senioři vnímají život z jiného pohledu než mladí. Jsou vnímavější k hodnotě zdraví a smysluplně prožitého času. Skočili nebo končí svou pracovní kariéru, tím pro ně otázka výkonu přestává být důležitá. Přemýšlí o smyslu svého života, citově se přimykají k rodině svých dětí a k domovu.<sup>9</sup>

Postavení seniorů ve společnosti bude záviset na jejich možnostech vést nezávislý život, na mezigeneračním pochopení a na společnosti a jejím přístupu k této neustále se rozrůstající skupině obyvatel.

---

<sup>6</sup> ČEVELA, R., Z. KALVACH a L. ČELEDOVÁ. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012, ISBN 978-80-247-3901-4.

<sup>7</sup> PAYNE, Jan a kol. *Kvalita života a zdraví*. Vyd. 1. V Praze: Triton, 2005. ISBN 80-7254-657-0.

<sup>8</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV Výzkumné centrum Brno, 2004 ISBN 80-239-4218-2.

<sup>9</sup> KOTÝNKOVÁ, Magdalena a Anna ČERVENKOVÁ. *Začlenění seniorů v sociální struktuře soudobé společnosti*. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2001 ISBN 80-238-7234-6.

## 1.1 Hranice stáří

Shoda ohledně určení hranice stáří neexistuje. Například podle kritérií OSN lze obyvatelstvo rozdělit na tři hlavní věkové skupiny: 0 až 14 let, 15 až 64 let a 65 let a více.<sup>10</sup>

Světová zdravotnická organizace se opírá o patnáctileté periodizace lidského života. Dle odborných teorií, které jsou uznávané definuje období 60 – 74 let jako rané stáří, neboli vyšší věk. Období 75 – 89 definuje jako pozdní stáří a období 90 a více let jako dlouhověkost.<sup>11</sup> Stáří můžeme také označit jako třetí, postproduktivní věk. Hranice mezi produktivní a postproduktivní částí života je vnímána jako hranice, kterou jedinec překročí a tím je vlastně vnímán jako starý.<sup>12</sup>

ŠERÁK používá obecné dělení seniorského věku na rané stáří (60-74 let, mladí senioři), vlastní stáří (75-90 let, staří senioři) a dlouhověkost (90 a více let, velmi staří senioři).<sup>13</sup>

Většina expertů se neoficiálně shoduje, že o začátku stáří lze mluvit jako o věku kolem 75 - ti let. Ve světě je hranice stáří často ještě vyšší. Například v Kanadě je člověk starý, pokud překročí 79 let, ve Švýcarsku 74 let. Češi posuzují stáří podle několika znaků. Jako rozhodující je soběstačnost. Podle expertů, ale i názorů laické veřejnosti rozhoduje o zařazení do kategorie „starý“ schopnost postarat se sám o sebe a být soběstačný. Mezi posuzující znaky patří především fyzický stav, věk, schopnost přizpůsobit se změnám, problémy s řešením problémů, ztráta duševní svěžesti a ztráta autonomie. Pro mladé lidi je rozhodující pro určení hranice stáří věk. Pro starší je klíčové, zda se o sebe dokáží postarat a dobrý zdravotní stav. Pojem senior je spíše sociologickou kategorií, ne právní, ani statistickou. Ve světě a ani v České republice není statistická definice seniora jednotná. Dle Českého statistického úřadu není chronologický věk jednotným kritériem pro zahrnutí osoby do kategorie senior. Také zájem pracovat i po dosažení oficiálního důchodového věku pramení v Česku hlavně z obav z poklesu životní úrovně, nedostatku financí a izolovanosti od společenského života. Průzkumem bylo potvrzeno, že lidé, kteří jsou již v důchodu, označují jako začátek stáří pozdější věk než populace ekonomicky aktivní.<sup>14</sup>

Každý stárne individuálně. Mnozí lidé jsou na svůj věk neobvykle výkonní a zdatní, jiní působí předčasně zestárlým dojmem. Ve stáří se se nápadněji projevují souhrnné

---

<sup>10</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

<sup>11</sup> World assembly on Ageing, DESI FACT 4, New York: United nations, 1982. [online]. Dostupné z <http://www.un.org/es/globalissues/ageing/docs/vipaa.pdf>

<sup>12</sup> KOTÝNKOVÁ, Magdalena a Anna ČERVENKOVÁ. *Začlenění seniorů v sociální strukturu soudobé společnosti*. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2001. ISBN 80-238-7234-6.

<sup>13</sup> ŠERÁK, Michal. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

<sup>14</sup> <http://www.novinky.cz/domaci/280808-vek-kdy-je-clovek-uz-stary-oficialne-neexistuje-experti-mluvi-o-75-letech.html> [online] [cit. 2013-01-21].

involuční změny (atrofické, zánikové) a také dochází ke změnám adaptability a odolnosti organismu.<sup>15</sup>

HAŠKOVCOVÁ popisuje věk člověka jako veličinu problematickou. Mezi lidmi stejného věku existují velké rozdíly, neboť každý stárne jinak, V gerontologii rozlišujeme u člověka věk kalendářní a věk funkční. Uvádí: „ *V běžném životě nejčastěji používáme kalendářní věk, neboli chronologický či matriční věk. Jeho počátek je dán rokem narození. Kalendářní věk je také limitem produkčního věku. S tzv. funkčním, neboli skutečným věkem může, ale nemusí korespondovat kalendářní věk. Rychlost procesu stárnutí bývá různá. Je ovlivňována mnoha faktory, a to jak biologické, psychické, tak i sociální povahy. Rozhodující a pro praktický život určující je tzv. skuteční věk člověka, který odpovídá funkčnímu.*“<sup>16</sup>

Každý je tak starý, nakolik se cítí. Nejdůležitější je přístup člověka k životu a sobě samému. Etapa stáří je důležitá jak každá jiná životní etapa, má právo na rozvoj stejně jako dospělá a mládí. Období stáří trvá 30 – 40 let a zaslouží si proto pozornost nejen samotného seniora, ale také pomáhajících profesí a v neposlední řadě i zájem státní, sociální a zdravotní politiky. Stáří není konec života, pouze smrt přináší konec života.<sup>17</sup>

Vzhledem k rostoucímu vědeckému pokroku a novým poznatkům se hranice stáří výrazně posouvá. Nelze tedy jednoznačně určit věkovou hranici stáří. V současné ekonomicky vyspělé společnosti se bere věk odchodu do starobního důchodu jako počátek věku seniorského. Lze tedy uvažovat, že stáří začíná právě zde. Ovšem tato hranice se bude neustále zvyšovat.

## 1.2 Demografické údaje

Věková struktura dnešní společnosti je ovlivněna nepravidelností reprodukčních režimů předešlých generací. Stávající počty českých seniorů jsou výsledkem dlouhodobého demografického vývoje. Tento vývoj je velmi ovlivněn populačním chováním české společnosti. Česká republika v průběhu devadesátých let klesla hluboko pod západoevropský průměr úhrnné plodnosti. V současnosti patří její úroveň mezi nejnižší v Evropě. Nastává intenzivnější stárnutí české populace, které je nevyhnutelným důsledkem těchto změn. Na přelomu 20. a 21. století je obyvatelstvo České republiky nejstarší v celé své historii.<sup>18</sup>

<sup>15</sup> KALVACH, Zdeněk a Alice ONDERKOVÁ. *Stáří: pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén, 2006. ISBN 80-7262-455-5.

<sup>16</sup> HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

<sup>17</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

<sup>18</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. [Praha]: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

V roce 1997 byl poprvé absolutní počet osob ve věku 60 let a více vyšší než počet dětí ve věku 0 až 14 let. Od tohoto roku se stále zintenzivňuje převaha seniorů nad dětmi a mládeží. V roce 2000 začaly překračovat věkovou hranici 60 let početně silnější generace čtyřicátých let a hranici 80 let generace narozených ve dvacátých letech. Prodlužování naděje na dožití v posledním desetiletí znamená, že nastává období růstu celkového počtu staršího obyvatelstva a také počtu nejstarších osob.<sup>19</sup>

V moderních společnostech se naděje dožití při narození liší v průměru o 5 – 7 let ve prospěch žen. Odráží se to ve všech oblastech života starších mužů a žen. Nejmarkantnějším důsledkem z demografického pohledu je proměna rodinných struktur. Pozorovatelná skladbou obyvatelstva podle rodinného stavu a věku. Mnoho seniorů v důsledku úmrtí životního partnera nuceně žije osamoceně. Vzhledem k demografickému stárnutí bude velmi nutné, zabývat se seniory se zhoršeným zdravotním stavem.<sup>20</sup>

V roce 2002 tvořily ženy ve věku 60 až 69 let necelých 55 % všech seniorů. Ve věkové skupině 70 až 84 let dosahoval podíl žen téměř 63 %. Ženy ve věku nad 85 let již přesahovaly 73%. Převaha žen mezi seniory bude ovlivňovat rodinné struktury, příjem či způsob trávení volného času a formy bydlení.<sup>21</sup>

Český statistický úřad zpracoval demografickou prognózu, ve které předpokládá v roce 2050 přibližně půl milionu občanů ve věku 85 let a více. V hospodářsky vyspělých zemích se předpokládá v období let 2000 až 2050 zvýšení podílu lidí ve věku 80 a více let třikrát. Počet stoletých a starších 15,5 krát.<sup>22</sup>

Je důležité a nutné, aby strategie reagující na stárnutí populace využily potenciálu starších osob a vytvořily soudržnou a věkově inkluzivní společnost. Demografický vývoj ukazuje důležitost přizpůsobení služeb a produktů této rychle se zvyšující kategorii obyvatel. Je nutné přijmout strategie, které podpoří ekonomický růst.<sup>23</sup>

V roce 2030 předpokládají v České republice už téměř 3 miliony osob starších 60 let. Budou tvořit až třetinu naší populace. Podíl osoby nad 65 let se zvýší na 2,3 milionu. Můžeme předpokládat, že Česká republika se z hlediska úrovně stárnutí zařadí na jedno z předních míst

---

<sup>19</sup> PAVLÍK, Zdeněk et al. *Populační vývoj České republiky 1990-2002*. Vyd. 1. Praha: DemoArt pro Přírodovědeckou fakultu Univerzity Karlovy v Praze, 2002. ISBN 80-902686-8-4.

<sup>20</sup> NEŠPOROVÁ, O., K. SVOBODOVÁ a L. VIDOVIČOVÁ. *Zajištění potřeb seniorů s důrazem na roli nestátního sektoru*. Vyd. 1. Praha: VÚPSV, 2008. ISBN 978-80-87007-96-9.

<sup>21</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. [Praha]: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

<sup>22</sup> <http://www.czso.cz/> [online] [cit. 2013-02-21].

<sup>23</sup> *Kvalita života ve stáří: národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*. Vyd. 1. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2008. ISBN 978-80-86878-65-2.



v Evropě. V roce 2050 by osob ve věku nad 60 let pravděpodobně mohlo být až 3,7 milionu z celkového počtu 9,4 milionu obyvatel.<sup>24</sup>

Velké změny ovlivněné nárůstem naděje dožití při narození budou určující zejména uvnitř skupiny samotných seniorů. V roce 2006 se naděje dožití při narození zvýšila na 73,4 roku u mužů. Ženám se zvýšila na 79,7 roku. Lze předpokládat, že v roce 2050 se muži dožijí 78,9 let a ženy 84,5 let. Osoby ve věku 60-69 let tvořily v roce 2006 polovinu ze všech seniorů, v roce 2050 však budou tvořit pouze 38%. Počet seniorů ve věku 70 a více let se absolutně i relativně zvýší. Tato věková skupiny ve srovnání s rokem 2006 vzroste v roce 2050 o 96%. Dokonce věková skupina 80 a více let by měla vzrůst o 175%. Z tohoto jasně vyplývá stárnutí seniorské generace. Vyplývá z toho množství důležitých důsledků pro společnost. Osoby ve věku nad 80 let budou vyžadovat sociální a zdravotní péči mnohem více, než osoby mladšího seniorského věku.<sup>25</sup>

Lidé narození v roce 1968 budou mít nárok na starobní důchod v šedesáti pěti letech. Ovšem lidé narození v roce 1977 budou mít nárok při dovršení šedesáti sedmi let. U ročníků narozených po roce 1977 se bude hranice stáří neustále posouvat až do věku sedmdesát pět let. Zůstává otázkou, jak dalece bude člověk připraven a hlavně schopen pracovat v plné síle do tak vysokého věku. Zda věda opravdu pokročí tak daleko, že lidé budou zdravější a více odolnější. Z demografických údajů zcela jasně vyplývají údaje o stárnutí obyvatelstva. Je důležité, jak se k tomuto vývoji postaví společnost, jaké vytvoří podmínky pro své starší občany. Otázkou zůstává, zda lidé nad sedmdesát let budou fyzicky a psychicky v takovém stavu, aby mohli nadále pracovat i v náročných a vyčerpávajících profesích.

### 1.3 Psychické změny u seniorů

Psychika seniorů je soubor vlivů, které na sebe vzájemně působily, ztrácely se, nebo narůstaly již od dětství. Každý člověk je individuální, jedinečný a proto není jednoduché vystihnout podstatné povahové rysy starého člověka. Ovšem i přes velikou rozdílnost jsou některé psychické projevy všem starým lidem společné, i když jejich příčina může být různá. Ke stáří se zvyrazňují typické vlastnosti člověka. Například stará, zhrzená krasavice, která není schopna přijmout přirozený běh života a stárnutí jako fakt, se stává zlou, závistivou a pomstychtivou. Kdo byl v mládí šetrný, bývá lakomý ve stáří. Nesnášenlivý a vztahovačný senior v mládí vyhledával slovní šarvátky a cítil se v nich jak ryba ve vodě. Dříve se psychika starých lidí nestudovala. Dnes je situace zcela odlišná. Starých lidí celosvětově přibývá a také

<sup>24</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští seniori včera, dnes a zítra*. [Praha]: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

<sup>25</sup> NEŠPOROVÁ, O., K. SVOBODOVÁ a L. VIDOVIČOVÁ. *Zajištění potřeb seniorů s důrazem na roli nestátního sektoru*. Vyd. 1. Praha: VÚPSV, 2008. ISBN 978-80-87007-96-9.

výrazně stoupá i počet těch, kteří vykazují psychické alterace až nemoci. Strmě stoupá počet dementních starých osob. Aby mohla být realizována účinná pomoc a prevence nepříznivých psychických potíží ve stáří, je nutné znát psychiku starého člověka.<sup>26</sup>



Obrázek č. 2: Psychické změny seniorů<sup>27</sup>

Vlivem stárnutí dochází v duševním vývoji člověka k involučním změnám. Způsobují je přirozené funkční změny v průběhu stárnutí, reakce člověka na stáří a individuální osobnostní rysy. V duševním stárnutí se projevují vlivy biologického stárnutí celého těla a biologického věku mozku. Neméně důležitý je vliv změny společenských faktorů, změněného vzhledu a zkrácené životní perspektivy. **Duševní činnosti** u starších lidí se zpomalují. Příčinou je především biologické stárnutí mozku. Aktivita mozkových buněk je zpomalena. Můžeme říci, že pokud senior není motivován k činnosti, při které by namáhal svůj mozek, dochází téměř vždy ke zpomalení duševní činnosti. Zvýšená opatrnost u seniorů může být také příčinou pomalosti. Obava z chyby se projeví přesností, která je pro seniora důležitější než rychlost. **Špatné snášení změny** je obecně uznávaným rysem stárnutí. Čím starší člověk je, tím větší má trauma z jakékoliv životní změny.<sup>28</sup>

Starý člověk také trpí **poruchami spánku**, rozmrzelostí a zvýšenou únavností. Všechny tyto obtíže lze za pomoci lékařů minimalizovat. Problémem však zůstává smutek, hodnocený mylně jako bezdůvodný. Staří lidé bilancují svůj život, uvažují o smyslu bytí a života vůbec. Je to normální a přirozené a každý k tomu přistupuje ze svého pohledu.

<sup>26</sup> HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 1. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

<sup>27</sup> Vlastní.

<sup>28</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-7178-829-5.

S věkem také klesá vitalita a energie. **Psychomotorické tempo** se zpomaluje, zhoršuje se senzomotorická koordinace. Řeč starých lidí bývá rozvláčná. Chůze je pomalejší, gesta se zmenšují. Veškerá činnost jim trvá déle. Na druhou stranu jsou ale důkladní a systematictí. **Poruchy paměti** jsou typickou změnou ve stáří. Paměť má různé kvality. Rozlišujeme paměť krátkodobou, dlouhodobou, provozní, profesní, paměť na čísla atd. Zapomnětlivost sice není pouze výsadou stáří, avšak je nesporné, že ve vysokém věku dochází k pravidelnému snížení vstřípivosti a vnímavosti. Reprodukce klesá, ale znovu poznávání je zachováno do vysokého věku. Staří lidé si velmi dobře vybavují minulost, ale nezapomenou si, co dělali včera. Ve stáří stoupá zájem o informovanost a rozhled a také smysl pro detail. Studie dokládají, že intelektuální úroveň starých zdravých lidí není výrazně poškozena poruchami paměti. Slovní zásoba osvojená v mládí je zachována až do vysokého věku. Znalci cizích jazyků jimi hovoří i ve stáří zcela plyně. S přibývajícím věkem také klesá schopnost lidské adaptability. Staří lidé bývají nedůvěřiví, až úzkostní v neznámém prostředí, nebo při rozhovoru s cizími lidmi. Od nedůvěry je už malý krok k podezíravosti. Pocity nejistoty mohou vyústit do nepřiměřené starostlivosti a úzkosti.<sup>29</sup>

Mezi další rysy stáří patří **snížení zájmu o okolí** až netečnost. Příčinou tohoto involučního rysu je ubývání výběžků mozkových buněk a zároveň řidnutí jejich spojení. V důsledku toho je emoční prožívání chudší a méně intenzivní. U starých lidí mohou začít převažovat negativní emoce, projevující se nespokojeností a mrzutostí. Je velmi důležité, aby si člověk vytvořil prostředí, kde bude respektován za svoji činnost, zapojil se do různých aktivizačních programů a obklopil se lidmi, kteří mají stejné zájmy. Značně tak oddálí negativní emoce, tzn. nespokojenost a mrzutost, až do vysokého stáří nebo nemoci. Psychickou involuci můžeme také chápat jako demontáž osobnosti. V lepším případě se involuce v 70-ti, 80-ti letech omezuje na zhoršování některých složek inteligence a paměti. Jádro osobnosti zůstává nedotčeno, ale může se zhoršit postřeh a odolnost ke stresu. Také zjednodušení osobnosti a stárnutí bývá často spojováno. Ovšem psychické změny nelze sumarizovat, neboť každý člověk je jedinečný. S psychickou involucí se kombinují **psychické poruchy**. Mírné i vážnější poruchy byly dříve považovány za projevy stáří. Dnešní gerontopsychologie odhaluje jejich patologii. **Neurózy** jsou ve stáří rovněž psychického původu. Mezi příčiny neuróz řadíme zvýšenou citlivost seniorů, jejich zranitelnost a závislost, stresy a závažné ztráty. Neurózy jsou v dnešní době léčitelné farmaky i psychoterapií. **Deprese** představují velký problém stárnoucích lidí. Projevují se mučivými duševními bolestmi, nespavostí, neklidem a úzkostí. Jsou často vyvolány závažným onemocněním, nezájmem vlastních dětí a ztrátou partnera. Depresivní stavy mohou vyvrcholit až suicidním

---

<sup>29</sup> HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 1. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

jednáním. **Demence** je další typickou poruchou stáří. Jedná se o úbytek rozumových schopností, který je zapříčiněn některou z řady nemocí mozku.<sup>30</sup>

Demence je celkový úpadek osobnosti. Nejčastěji se projevuje v poruchách vnímání a myšlení. Nastávají změny chování - záchvaty vzteku, nelogické jednání. Mohou nastat poruchy spánku, orientace, motivace a řeči. Postupně může docházet k nepoznávání partnera, dětí a členů rodiny. Projev demence je pomalý a může trvat i několik let.<sup>31</sup>

Odborníci rozeznávají senilní, neboli stařeckou demenci. Příčinou je úbytek nervových buněk mozkové kůry. Projevuje se zejména po 70. roce života. Dalším typem je arteriosklerotická demence, která vzniká nedostatečným zásobením mozkové tkáně krví a tím vzniká arteroskleróza mozkových cév.<sup>32</sup>

**Alzheimerova choroba** je nejzávažnější z demencí. Příčina vzniku této choroby není známa. Jedná se o neurodegenerativní onemocnění mozku. Dochází k zániku mozkových buněk a následnému ubývání mozkové hmoty. Úbytek buněk a narušení přenosu mezi nimi vede k významnému narušení mozkových funkcí. Mezi příznaky patří postupná ztráta paměti a kognitivních funkcí. Rozvíjí se poruchy řeči. Nastává ztráta orientace. Mění se osobnost. Alzheimerova choroba je progresivní onemocnění. V nejtěžším stadiu je nemocný zcela závislý na péči okolí. Jedná se o smrtelné onemocnění, průměrná doba přežití od začátku příznaků je osm let.<sup>33</sup>

Psychické změny v procesu stárnutí jsou velmi podstatně ovlivněny osobností každého člověka. U seniorů dochází ke změnám jejich potřeb, neboť s narůstajícím věkem se mění motivace k různým činnostem a přesunuje se pořadí jejich hodnot. Je to možné vysvětlení toho, proč věci nedělají obvyklým způsobem, proč upouští od některých zájmů a vrací se k dřívějším. Mohou emotivněji prožívat situace v citové oblasti, snadno podlehnout dojetí. Na druhou stranu oproti minulosti na ně některé události nepůsobí a nechávají je chladnými.<sup>34</sup>

Psychické změny ve stáří nemusí situace člověka zhoršovat. Starý člověk je vyzrálou osobností a na základě svých zkušeností lépe rozumí problémům ostatních. Je klidnější, rozvážnější a ustálenější ve vztazích a názorech. Má schopnost rozlišit podstatné a nepodstatné věci. Při provádění zejména stereotypních činností se projevuje zvýšená trpělivost.<sup>35</sup>

---

<sup>30</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-7178-829-5.

<sup>31</sup> PACOVSKÝ, Václav. *O stárnutí a stáří*, Vyd. 1. Praha: Avicenum, 1990. ISBN 80-201-0076-8.

<sup>32</sup> TVAROH, František. *Všichni stárneme*. Vyd. 2. Praha: Avicenum, 1983. Rodinný kruh.

<sup>33</sup> <http://www.gerontologie.cz/showdoc.do?docid=25> gerontologie – informační servis pro seniory [online] [cit. 2013-01-25].

<sup>34</sup> PACOVSKÝ, Václav. *Proti věku není léku? Úvahy o stárnutí a stáří*, Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-486-1.

<sup>35</sup> ŠTILEC, Miloslav. *Program aktivního stylu života pro seniory*, Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-920-8.

Mezi nejčastější psychické choroby ve stáří patří psychózy, demence, Alzheimerova choroba a Parkinsonova choroba.<sup>36</sup>

Životní styl každého člověka se podepisuje rovněž na jeho psychice. Životní cestu určuje celá řada faktorů, které mají nemalý vliv na chování a prožívání každého jedince. Ve stáří se mohou projevit prožité stresy, deprese a krizové situace. Následky mohou být různé. Nastupující demence, projevy neuróz a další výše jmenované psychické poruchy. Jdou společně „ruku v ruce“ i s poruchami zdraví, jejichž důsledkem je zhoršování fyzického stavu člověka.

## 1.4 Fyzické změny u seniorů

Seniorskou etapu člověka provází celá řada fyziologických změn. Závisí stylu života a genetické dispozici každého jednotlivce. Biologické stárnutí jsou změny v organismu probíhající na fyziologické úrovni. Dochází ke změnám tělesné tkáně i ke změnám orgánů.

Jak přibývá věk, stále obtížněji lze určit, které změny jsou přímým nebo nepřímým následkem nějaké nemoci a které věk přinese i tomu nejzdravějšímu dříve či později. Ubývají síly ve svalech, snižuje se vitální kapacita plic, ubývá funkční tkáň v různých orgánech, vypadávají zuby, slábne zrak i sluch. V 60-ti letech stoupá riziko omezení činností v důsledku srdečních chorob, vysokého krevního tlaku, chronického zánětu kloubů. Snižuje se odolnost a imunita organismu. Úraz je ve stáří také velmi častou příčinou nemoci, která může vést až ke smrti. Důležité pro seniora jsou i vzhledové změny, které nastávají ve stáří. Ochablé tělo, vráscitá ruce a obličej, kožní záhyby a neforemné tukové polštáře. Řídké, šedivé vlasy nebo pleš.<sup>37</sup>

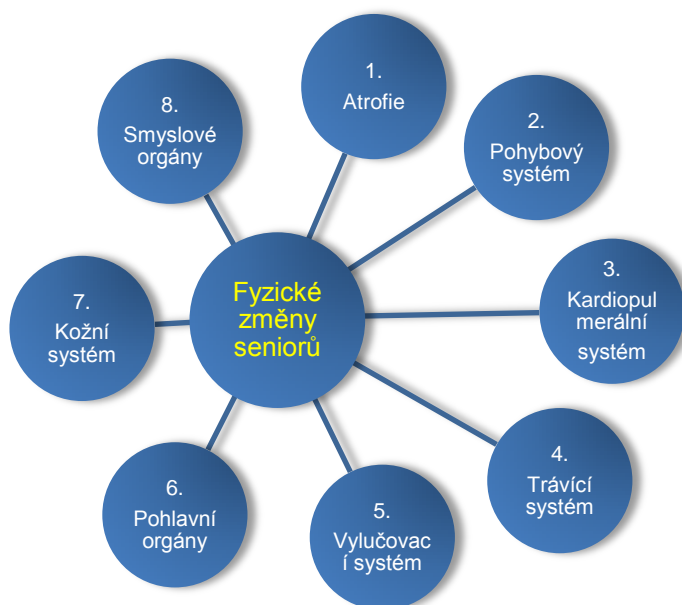
U starého člověka můžeme pozorovat současný výskyt více chorob. Z toho vyplývají komplikace, které vznikají jejich vzájemným působením. Typickým znakem stárnutí a stáří je polymorbitida.<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> <http://www.penzista.net/zdravi/choroby-starnuti/556-jake-nemoci-nejvice-souvisi-s-postupujicim-vkem> [online] [cit. 2013-26-02].

<sup>37</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-7178-829-5.

<sup>38</sup> MINIBERGOVÁ, Lenka a Jaroslav DUŠEK. *Vybrané kapitoly z psychologie a medicíny pro zdravotníky pracující se seniory*, Brno: NCO NZO, 2006. ISBN 80-7013-436-4.



Obrázek č. 3: Fyzické změny seniorů<sup>39</sup>

**Atrofie** je nejvýznamnější a nejvýraznější změnou stárnutí. Postihuje všechny tkáně a orgány. Především mozek je atrofii nejvíce ohrožen, neboť specializované tkáně nahrazuje tkáň pojivová. Důsledným cvičením kognitivních funkcí a pohybových vzorců lze dosáhnout toho, že jiné mozkové obvody převzou vyřazená nefunkční neuronová spojení. **Pohybový systém** a jeho zhoršující se funkce je další výraznou změnou, která provází stárnutí. Dochází ke zpomalení rychlosti nervových vzruchů. V důsledku toho dochází ke zhoršení řízení svalové práce. Pohyby starých lidí jsou pomalejší. Hrozí zlomeniny v důsledku řídnutí kostí. Kostí starého člověka jsou křehké a kostní hmota ubývá. Dochází k atrofii meziobratlových plotének, což způsobuje ohýbání páteře a ochabování kosterních svalů. Vysychají a oplošťují se meziobratlové ploténky, vlivem toho se snižuje výška těla. S ochabováním kosterních svalů klesá jejich pružnost a rychlost, klesá síla jejich stažení. Vlivem méně pružného vaziva dochází k tunutí chrupavek především v kloubech. Na druhou stranu lze říci, že činnost hladkých svalů zůstává plně funkční až do vysokého věku. Jsou důležité především pro dobrou činnost vnitřních orgánů, jejichž jsou součástí. Pouze hladké svalstvo cév tvoří výjimku, neboť zde může docházet k ukládání vápníku a tukových látek. Dochází tím k jejich zužování a tím vzniká nedokrevnost příslušné části organismu. Nejvíce postiženy zužování cév jsou mozkové tepny a věčité tepny dolních končetin. K zužování cév dochází vlivem nedostatku pohybu, špatného stravování a celkově špatným životním stylem. **Kardiopulmonální systém** se ve stáří velmi zhoršuje. U starého člověka klesá vitální kapacita plic. Vzhledem k menším pohybům hrudního koše přijímá z prostředí méně kyslíku

<sup>39</sup> Vlastní.

a funkce plic se zmenšuje. Srdcem proudí menší množství okysličené krve a tím dochází k nedostatečnému průtoku krve i v dalších orgánech. Snížená elasticita cév v krevním řečišti je příčinou narušení krevního tlaku. Srdce takový nápor nedokáže zvládnout. Nastává plicní dušnost, zapříčiněná zhoršenou srdeční výkonností. Výkonnost řasinkového epitelu v plicích klesá, a proto je u starších lidí častější výskyt infekcí dýchacích cest. Dušnost při zvýšené námaze způsobují ochabující srdeční chlopně, které se nedokáží adaptovat na zvýšenou zátěž. **V trávicím systému** nastávají ve stáří nemalé změny. Vzhledem ke snižování množství trávicích šťáv se potrava pomaleji rozkládá a vstřebává. Méně výkonná je slinivka i játra. Příčinou chronické zácpy je pokles tlustého střeva, který je důsledkem snížení svalové síly. **Vylučovací systém a pohlavní orgány** také doznávají funkčních změn. Snižuje se kapacita močového měchýře a pružnost močové trubice. Klesá síla svalových svěračů kolem močové trubice, tím dochází k inkontinenci. U pohlavní činnosti dochází k poklesu. Mužům se snižuje potence, mohou trpět zbytněním prostaty. Ženám končí menstruační cyklus, mohou trpět poklesem dělohy. Kožní systém vykazuje výrazné projevy stárnutí. Vlasy šedivěji a řidnou. Dochází, především u mužů, k částečnému či úplnému plešatění. Objevují se tzv. stařecké skvrny. Jsou zapříčiněny zvýšenou pigmentací. V některých částech těla může pigmentace zcela chybět. Dochází ke změně nervového systému, ve kterém se nerovnoměrně snižuje počet neuronů. V játrech, svalech a nervových buňkách dochází k hromadění lipofusinu. Jedná se o nahnědlý pigment, který vzniká z tuků. Poruchy rovnováhy a poruchy chůze mohou být projevem změn v neuronech. Ve stáří se také snižuje odolnost k zátěži. Klesá tvorba hormonů a obranných mechanismů. Starý člověk není schopen adaptovat se na nové podmínky. Díky zpomalení regulačních mechanismů dochází také k poruchám spánku. Funkce a činnost **smyslových orgánů** se také zhoršuje. Snižují se hmatové, čichové a chuťové schopnosti. Rychle se zhoršuje zrak a sluch. Ubývají receptory, díky kterým vnímáme polohu a pohyb našeho těla, teplo, chlad a další. Z ubývání receptorů pramení mnoho úrazů.<sup>40</sup>

PACOVSKÝ rozlišuje tři typy funkčních změn. První funkční změnou je úbytek funkcí na úrovni molekulární, tkáňové, orgánové a systémové. Druhou funkční změnou je vyčerpání buněčných rezerv, projevujících se při reakci na zátěžovou situaci. Třetí funkční změnou je zpomalení většiny funkcí. Projevy biologického stárnutí pozorujeme zejména v úbytku aktivní svalové hmoty a poklesem svalové síly. Dalším projevem je zhoršování smyslového vnímání a změnami v působení a tvorbě hormonů. Velkým rizikem vzniku zlomenin v důsledku ubývání kostní hmoty. Zhoršením funkce nervového systému a úbytkem

---

<sup>40</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

nervových buněk. Nastává snižování odolnosti k zátěžím, omezení rezerv a snížení schopnosti adaptace. Dochází ke změnám struktur orgánů a úbytku jejich funkcí. Biologické stárnutí se projevuje také ve snížení prokrvení mozku, srdce a ledvin a snížením imunity včetně protinádorové imunity.<sup>41</sup>

Jaké nemoci souvisí s postupujícím věkem? Stárnutí přináší postupný pokles tělesných i duševních funkcí. Organismus se mění. Přidružují se choroby, které se vyskytují převážně ve stáří. Často přechází do chronického stavu a navzájem se kombinují. Ve stáří nastávají problémy především s pohyblivostí, mobilitou, stabilitou, inkontinencí a také problémy v oblasti psychické. Mezi nejčastější choroby ve stáří patří choroby srdce a cév. Jedná se o aterosklerózu, ischemickou chorobu srdeční, hypertenzi. Dále jsou častá nádorová onemocnění, nádory a onemocnění prostaty, nádory prsu a nádory tlustého střeva. Velmi časté jsou choroby dýchacího systému. Nebezpečný bývá zápal plic, nádory, chronická obstrukční bronchopulmonální choroba. Onemocnění kloubů a kostí. Zde se jedná o různé druhy a stupně artróz a artritid. Velmi častá a závažná je také cukrovka. Přibývají oční choroby, především šedý a zelený zákal. Ve vyšším věku je velmi důležité dbát o zdraví. Dodržovat a znát zásady správné výživy a životního stylu a především dbát na prevenci.<sup>42</sup>

Ve fyzickém stavu existují mezi seniory velké rozdíly. Každý člověk má svůj styl života. Někdo je od mládí aktivní sportovec, jiný nesportuje. Někdo dbá na správnou životosprávu, jiný se přejídá. Přístup každého člověka ke svému tělu se ve stáří zcela jistě projeví. V seniorském věku si již dnes mnoho lidí uvědomuje důležitost aktivního stylu života a zdravého stravování.

## 1.5 Současní senioři

K současným proměnám společnosti dnes bezesporu patří fenomén stárnoucí společnosti. Nejedná se pouze o prodloužení života, ale o celkovou proměnu obsahu stáří. Z toho vyplývá také proměna společnosti v dlouhověkovou společnost. Zvyšuje se podíl seniorů ve společnosti a zvyšuje se také jejich společenský vliv. Z řady generací vyčnívá předválečná generace, dnes tvořící generaci současných seniorů – sedmdesátníků a osmdesátníků. Vysokou hodnotou pro ně byla vzdělanost a kultura. Do jejich osobnosti se promítlo naplňování těchto hodnot v životě. Je to také generace společenské angažovanosti. V každé jejich životní fázi se podíleli na pokusech o zásadní změnu společenského systému. Vzpomeňme únor 1948, rok 1968, listopad 1989. Je zřejmé, že současní senioři ve věku

---

<sup>41</sup> PACOVSKÝ, Václav. *Proti věku není léku? Úvahy o stárnutí a stáří*, Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-486-1.

<sup>42</sup> <http://www.penzista.net/zdravi/choroby-starnuti/556-jake-nemoci-nejvice-souvisi-s-postupujicim-vkem> [online] [cit. 2013-02-15].



šedesát až sedmdesát let jsou na potencionálním vrcholu života. Z jejich životní fáze střední generace jim zůstávají kontakty, přátelé a hlavně zdraví. Ve svém novém sociálním statusu mají předpoklady k seberealizaci a novým možnostem dosavadního života. Současná generace seniorů má nejlepší socioekonomickou situaci, jaká kdy byla v minulosti a bude v budoucnosti. Do roku 2008 se situace seniorů zlepšovala a od té doby se zhoršuje. Nejedná se o plošné zhoršování. Neprojevuje se všem trochu a postupně. Dotýká se současných seniorů prudce, skokově. Za celoživotní poctivou práci pobírají důchod, ze kterého ovšem nejsou schopni pokrýt ani ty nejjzákladnější životní náklady. Slušně bydlet, jíst kvalitní potraviny, bez problémů uhradit výdaje za léky a pěkně se oblékat. Mnozí žijí na hranici chudoby, ocitají se na pokraji bezdomovectví. V extrémních případech se jedná i o sebevraždy. Na druhou stranu můžeme říci, že současné generace seniorů jsou na tom svým způsobem lépe než mladší generace. Mnoho současných seniorů nemá dluhy, ale úspory. Senioři, kteří prožili větší část svého života v polistopadovém režimu již mají finanční situaci mnohem horší. Současnou generaci seniorů lze pokládat za poslední generaci gramotné kultury. Lze ji také pokládat za první generaci, která mění svůj životní styl a tím mění i kvalitu svého stáří. Dosahují toho užíváním počítačů, mobilních telefonů, internetu. Současní senioři překonali nejen propast mezi generacemi, ale také propast mezi věkem gramotné kultury a kyberkultury. V dnešní době již 40% šedesátiletých až sedmdesátiletých seniorů využívá počítač a internet. Současná generace seniorů je mimořádná i tím, že je první i poslední generací, která ještě ve velké míře čte. Její vzdělanost je jednak výsledkem celoživotní četby, jednak již je i součástí kyberkultury.<sup>43</sup>

Současné koncepte zaměřené na seniory kladou důraz na udržení jejich dostatečné aktivity, pozitivní adaptaci na přibývajících roky a kvalitu jejich života.<sup>44</sup>

V řadě směrů jsou současní senioři mnohem aktivnější než mladší generace. Mají bohatý život a životní styl. Ovšem je nutné říci, že mezi věkem šedesát a sto let je velký věkový rozdíl. Z toho vyplývá diferenciaci života, rozdíl ve zdravotním stavu. Tudíž také generace současných seniorů je velice diferencovaná.<sup>45</sup>

Někteří senioři se zvláště po odchodu do důchodu zapojují velmi aktivně do společenského života. Po dosažení důchodového věku jsou mnozí z nich ekonomicky aktivní, mají mnoho dalších rolí ve společenském a rodinném životě. Zapojují se do různých aktivit a vyjadřují stále hlasitěji své názory na dění v současné společnosti. Zcela boří představu

---

<sup>43</sup> SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.

<sup>44</sup> LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. Vyd. 2. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1284-9.

<sup>45</sup> SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.

o stáří plném nemocí, závislosti, pasivity a nemohoucnosti. Kvalitu života současného seniora tvoří řada různých aspektů. Jedná se o materiální zabezpečení a zdravotní stav. Logicky můžeme zahrnout rodinný stav a situaci – přítomnost partnera, dětí a vnuků. Důležitá je kvalita bydlení, možnost realizace koníčků a zálib. Důležitý je rozvoj sociálních kontaktů.<sup>46</sup>

Čím dál více lidí se dožívá věku osmdesát, devadesát a více let. Jsou plně soběstační, produktivní a aktivní. Ostatním účinně pomáhají a jsou i osobně šťastní. Nehledě na zdravotní obtíže, prožívají svůj život plnohodnotně. Zachovávají si své zájmy, věnují se svým koníčkům. Udržují se v aktivitě fyzickou i duševní činností. Jsou otevřeni přijímat stále nové poznatky, ochotni adaptovat se na nové požadavky. Navazují nové vztahy a udržují pozitivní přátelské vztahy. Pomáhají při výchově dětí, těší se z dobrých věcí, které život přináší. Zvládají vše s moudrostí, která vyplývá z jejich životních zkušeností a pohledu na život. Ovšem i zde se projevuje velká diferenciací mezi seniory. Ne všichni současní senioři jsou aktivní, schopní adaptace na stále se měnící podmínky ve společnosti. Mohou být zatrpklí, osamělí. Každý je jedinečnou osobností. Každý z nich má jiný životní příběh a zkušenosti.<sup>47</sup>

Současní senioři se snaží žít aktivně. Zapojují se do společenského dění, studují, věnují se svým zájmům. Pokud jim to finanční situace dovolí, rádi cestují a poznávají nové věci. Ovšem vše je podmíněno rovněž jejich společenskou situací. Každý senior je individuální, a proto jsou v jejich žití velké rozdíly

## SHRNUTÍ

Seniorský věk neznamena konec plnohodnotného života. Je potřeba, aby si společnost uvědomila demografický vývoj populace a s tím spojené přibývání stárnoucích jedinců. Dbát, aby se senioři neocitli izolovaní a vyloučení ze života společnosti, ve které žijí. Přizpůsobit podmínky stáří a stárnutí změnám psychickým i fyzickým, které sebou přináší vyšší věk. Zapojit je ve všech oblastech života, umožnit jim vzdělávání i další aktivity.

---

<sup>46</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Vyd. 1. Praha: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

<sup>47</sup> LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. Vyd. 2. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1284-9.

## 2 SOCIÁLNÍ INTEGRACE SENIORŮ

Sociální integraci seniorů rozumíme jejich začlenění do společnosti. Kontakty se širším společenským prostředím, se skupinami i jedinci. Zejména pak aktivní účast na společenském životě společnosti.

Především z hlediska sociálně a zdravotně znevýhodněných lidí ji lze charakterizovat jako snahu o jejich začleňování do společnosti.<sup>48</sup>

Sociální integraci ve stáří můžeme rozdělit dle typu do čtyř kategorií. Rozlišujeme seniory, kteří jsou orientováni na svou rodinu. Další kategorií jsou senioři orientovaní na své přátele. Třetí kategorií tvoří senioři orientovaní na kluby, spolky, komunitu, tedy na širší sociální okruh. Poslední čtvrtou skupinu tvoří senioři věnující se dobrovolnictví a charitě, tedy orientovaní na okruh ne-známých.<sup>49</sup>

Především adaptační změny mají velký vliv na sociální integraci seniorů. Záleží na interakci jedince s prostředím, na jeho zdravotním stavu a vitalitě. Velký vliv má také rodina. V jaké žil nebo žije. Jedním z důležitých faktorů sociální integrace seniorů jsou ekonomické podmínky a vztah ke společenskému dění. Adaptační změny ve stáří je nutné chápat v kontinuitě celoživotního vývoje osobnosti. Každý člověk je individualita a z toho vyplývá individuální přístup k prožívání změn a jejich adaptací na ně.<sup>50</sup>

Pojem sociální opora významně souvisí s pojmem sociální integrace. Spočívá v dobrých interpersonálních vztazích. Znamená to sociální zázemí rodiny, přátel a známých. Také sociální zázemí v pracovním kolektivu a v institucích. Mnozí dnešní senioři jsou stále pracující<sup>51</sup>.

Sociální opora je důležitá jako projev emocionální podpory. Posiluje sebedůvěru, snižuje pocity strachu a úzkosti, pomáhá při zvládnutí zátěžových situací. Sociální opora je důležitou součástí instrumentální opory. Díky ní je člověk podporován v řešení praktických problémů. Zároveň také v poskytnutí materiální pomoci a pomáhajícího chování. Informační podpora je důležitým kontaktem na poskytovatele potřebných služeb. Informuje, doporučuje a radí o sociálních službách poskytovaných společností. Vede k pocitu sounáležitosti, začlenění do společnosti. Pomáhá odpoutat od problémů. Poskytuje jedinci zpětnou vazbu,

---

<sup>48</sup> MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Vyd.1. Praha: Portál 2003, ISBN 80-7178-549-0.

<sup>49</sup> SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří: Kapitoly z gerontopsychologie*, Vyd. 1. Praha: Slon, 2007. ISBN 978-80-86429-62-5.

<sup>50</sup> ŠVANCARA, Josef. *Psychologie stárnutí a stáří*. Vyd. 1. Praha: SPN 1983.

<sup>51</sup> MAREŠ, Milan. *Sociální opora u dětí a dospívajících I*, Vyd. 1. Hradec Králové: Nukleus, 2001. ISBN 80-86225-19-4.

kteřá je důležitá pro jeho pocit akceptace touto společností. Jedinec má možnost příznivého sociálního srovnávání.<sup>52</sup>

Sociální opora má svoji strukturu a funkci. Strukturou se rozumí sociální integrace jedince do množství sociálních vztahů a sociálního prostředí. Funkcí se rozumí interpersonální a podpůrné vztahy.<sup>53</sup>

Obzvláště v dnešní době je potřeba stále větší sociální integrace seniorů jak ve společnosti, tak v rodině. V roce 1991 byla přijata rezoluce OSN č. 46. Hovoří o postavení seniorů ve společnosti. Charakter rezoluce je vyjádřen úvodním heslem: „abychom přidali život rokům, které byly přidány životu.“ Vlády jsou vyzývány k tomu, aby tyto zásady včlenily do svých národních programů, kdykoli je to možné. Jedná se o pět oblastí, do kterých je seskupeno 18 zásad.<sup>54</sup>

Hlavní myšlenky zásad OSN pro seniory, přijaté Valným shromážděním OSN (Rezoluce č.46/91) dne 16. 12. 1991 jsou: nezávislost, zapojení do společnosti, péče, seberealizace a důstojnost.



Obrázek č. 4: Hlavní myšlenky zásad OSN pro seniory<sup>55</sup>

**Nezávislost** seniorů v přístupu k odpovídajícímu obydlí, dobré stravě a zdravotní péči. Na základě zajištění příjmu mít příležitost pracovat nebo mít přístup k jiným příležitostem zajišťujícím příjem. Dále se rozhodovat, kdy a jak bude probíhat jejich odchod z pracovního života. Mít možnost dalšího sebevzdělávání. Žít v bezpečném prostředí, přizpůsobeném jejich

<sup>52</sup> MAREŠ, Milan. *Sociální opora u dětí a dospívajících II*, Vyd. 1. Hradec Králové: Nukleus, 2002., ISBN 80-86225-36-4.

<sup>53</sup> HEWSTONE, Miles a Wolfgang STROEBE. *Sociální psychologie. Moderní učebnice sociální psychologie*, Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-092-5.

<sup>54</sup> KOTÝNKOVÁ Magdalena a Alena ČERVENKOVÁ, *Začlenění seniorů v sociální struktuře soudobé společnosti*, Praha: VÚPSV, 2001. ISBN 80-238-7234-6.

<sup>55</sup> vlastní

požadavkům a žít co nejdéle ve svém domově. **Zařazení do společnosti** předáváním svých schopností a znalostí mladší generací. Být plnohodnotně zařazení do společnosti a mít možnost podílet se aktivně na formulování svých požadavků vůči společnosti. Měl by jim být poskytnut prostor pro služby v občanské společnosti, kde by se mohly podle svých zájmů a schopností realizovat jako dobrovolníci a dále zakládat vlastní hnutí a asociace. **Péče** by měla být umožněna především rodinná. Rovněž péče a ochrana vycházející ze systému kulturních hodnot každé společnosti. Zajistit dobrý přístup ke zdravotní péči, pomáhající jim v udržení tělesného, duševního a emočního zdraví a tím zabránit či opozdit propuknutí nemoci. Důležitá je také ochrana jejich autonomie, ochrana a péče. Je nutné zajistit přístup k právnickým a sociálním službám. V humánním a bezpečném prostředí institucionální péče mít zajištěnu ochranu, sociální a duševní stimulaci a rehabilitaci. Požívat lidských práv a základních svobod, ať žijí doma nebo v léčebném zařízení či zařízení sociální péče. Je nutné respektování jejich potřeb, soukromí, víry a důstojnosti. Neupírat jim právo rozhodnutí o kvalitě jejich života a o péči o ně. **Seberealizace** k rozvoji svých schopností využívat všechny příležitosti. Mít možnost přístupu vzdělávání, kultury a rekreaci. Využívat všechny zdroje společnosti. **Důstojnost** seniorů nevyužívat z hlediska jejich duševní nebo tělesné závislosti. Měli by mít možnost žít důstojně a v bezpečí. Přístup k seniorům a dobré zacházení s nimi by mělo být bez ohledu na cokoliv. Nebrat v potaz rasovou či etnickou příslušnost, postižení, věk ani pohlaví. Hodnotit je nezávisle na jejich ekonomickém přínosu.<sup>56</sup>

Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí, přijatý 12. 4. 2002 v Madridu také řeší problematiku stárnutí. Na jeho základě byla přijata Regionální implementační strategie k Madridskému mezinárodnímu akčnímu plánu pro problematiku stárnutí 2002, kde závazek č. 2 hovoří o zajištění plné integrace a účasti starších lidí ve společnosti. Potvrzují zásadu, že nikomu není možné vzít příležitost k účasti na životě společnosti. Na podílení se na jejím rozvoji, jak ekonomickém, tak sociálním. Starším lidem hrozí ve větší míře odnětí této příležitosti. Je nezbytné jim zajistit plné užívání lidských práv a svobod a potírat všechny formy diskriminace. Pro zajištění plné integrace a také účasti starších lidí ve společnosti je důležité, jak se na ně společnosti dívá. Je třeba ukazovat seniory jako aktivní účastníky společenského života, vytvořit obraz jejich důstojnosti a potřebnosti. Je zapotřebí zvyšovat sociální, ekonomickou, kulturní a politickou účast seniorů.<sup>57</sup>

V dnešní době hospodářské krize a velkého počtu seniorů je velmi potřebné a důležité zabývat se kvalitou života seniorů a jejich sociální integrací. Mnoho starších lidí vzhledem k jejich sociálním změnám se dostává do problémů prakticky v jakékoliv současné životní

---

<sup>56</sup> <http://www.mpsv.cz/cs/1111> [online] [cit. 2013-01-27].

<sup>57</sup> <http://www.helcom.cz/view.php?cisloclanku=2005040109> [online] [cit. 2013-01-27].

situaci. Stále více dnešních seniorů pociťuje tyto změny ve všech oblastech svého života. Z malé výše důchodů a nemožnosti šetření na důchod v dřívějším společenském uspořádání nejsou schopni pokrýt ani základní životní potřeby. Neustále se zvyšující platby za bydlení, potraviny, energie, dopravu a především za lékařská vyšetření a léky jim neumožňují zapojit se do života současné společnosti. Ztrácí sociální kontakty, mnozí pociťují osamělost. Těžce se adaptují na nové životní situace a společenské změny.

## 2.1 Sociální změny u seniorů

Fáze přechodu ekonomicky aktivního člověka do důchodu přináší řadu změn. Jeho status ve společnosti nabývá jiné podoby a dochází k sociálním změnám, které se týkají prakticky každé životní situace.



Obrázek č. 5: Faktory ovlivňující sociální změny seniorů.<sup>58</sup>

Vnitřně je skupina seniorů velmi heterogenní. Diferencuje se nejen podle věku a pohlaví. Důležitou roli v jejich sociálních změnách hraje **rodinný stav**. Již dnes, díky vyšší úmrtnosti mužů, tvoří silnou skupinu seniorky, žijící bez partnera. V budoucnu budou rodinné situace ovlivněny jednak rozpadem tradičních rodin, ale také poklesem plodnosti. Vznikne omezenost rodinných vztahů. Budou pouze částečně nahrazeny svazky přátelskými. Důsledkem tohoto bude méně příbuzných pro integrační solidaritu a péči. Staří lidé budou osamělí, bez potřebných kontaktů. Sociální změny také souvisí s **dosaženou úrovní vzdělání** dnešních seniorů. Převážná většina dnešních seniorů nad 70 let je vyučených, nebo mají základní vzdělání. U seniorů nad 60 let je již více jak 20% se středoškolským vzděláním. V roce 2020 by měl vzrůst počet vysokoškolsky vzdělaných seniorů na 20%. Počet seniorů

<sup>58</sup>Vlastní.

nad 60 let se základním vzděláním by se mohl pohybovat kolem 47%. Na základě vzestupu úrovně vzdělanosti lze předpokládat změny struktury potřeb duševního rázu. Seniori projeví ve větším počtu zájem o další vzdělávání, častější vzájemná setkávání, kulturu a cestování. Pro kvalitu života obzvlášť ve stáří je velmi **důležitý zdravotní stav**. Zdraví a naopak nemoc bude vždy v pokročilejším věku výrazně determinovat způsob prožívání života. Sociální změny, které nastávají u seniorů vlivem nemocí jsou velmi závažné. Není rozhodující pouze přítomnost nějaké nemoci. Důležitý je stupeň specifického omezení, které nemoc přináší. Primárně důležité pro zachování kvality života je rozhodující stupeň zachování pohyblivosti. Ve starším věku je nejzávažnějším důsledkem nemocnosti snížení soběstačnosti. Může vést až k bezmocnosti. Senior vyžaduje soustavnou pomoc druhé osoby, nebo dlouhodobou institucionalizaci. Tyto sociální změny jsou ve svém důsledky velmi frustrující. Starší člověk ztrácí svou soběstačnost a je nucen se adaptovat na nové podmínky a prostředí. Podstatným způsobem se tak snižuje kvalita jeho života. Vysokého věku se dožívá stále více lidí. Mnoha seniorům se zhorší jejich způsob života, neboť ani dnešní lékařská věda není příliš účinná v dalším prodloužení života. Mnoho nemocí stále zůstává nevléčitelných. Největší sociální změny také přináší **odchod do důchodu**. Dnes paradoxně jsou na tom lépe seniori, kteří měli mzdy hluboko pod dosahovaným mzdovým průměrem. Zůstává jim po odchodu do důchodu zachována relativně nejvyšší životní úroveň, neboť poměr jejich důchodu ke mzdě dosahované před odchodem do důchodu bude nesrovnatelně vyšší v porovnání se seniory, kteří díky vysokým výdělkům přispívali do systému nejvíce. Seniorům s nadprůměrnými výdělky se tak vstupem do důchodu výrazně snižuje peněžní příjem. Zažívají markantní pokles životní úrovně a dosavadní spotřebu, na jakou byli zvyklí, musí velmi výrazně omezit. Jedná se o pokles v řádu desetitisíců korun. Mnozí se tak snaží udržovat ekonomickou aktivitu i po dosažení důchodového věku. Projevuje se to zejména u seniorů, kteří měli vyšší profesní status a vyšší vzdělání. Sociální změny však pocítují všichni seniori. Snaží se pracovat, ženy volí příležitostné práce. Zde se objevila souvislost s velikostí bydliště. Ve větších městech pracuje více důchodkyň, než na venkově. Také se zde projevuje fakt, že současní seniori prožili závět profesní kariéry a počátek důchodové fáze životního cyklu v transformačním období. Nejsou zvyklí na pracovní flexibilitu, neboť celý život pracovali většinou na jednom místě. Nejsou zvyklí ani na profesní mobilitu. Současnou **ekonomickou situaci** dnešních seniorů ovlivňuje několik specifických faktorů. Seniori jsou odkázáni převážně na pobíraný důchod. Je to zcela v souladu s ideologií minulého režimu. Důchod byl zasloužený odpočinek a je povinností státu, aby se o důchodce kompletně postaral. Vrátil mu to, co si našetřil za celý život. Vzhledem k tomuto přesvědčení se lidé o svou důchodovou budoucnost příliš nezajímali. Úspory neměli nijak velké. U současných seniorů nad 70 let

nelze spoléhat, že si zajistí životní úroveň jinými příjmovými zdroji nebo rodinným zázemím jedince. S přibývajícím věkem se jejich příjmová situace nezlepší, spíše naopak. Stále rostoucí výdaje za dopravu, energie, nájemné a různé správní poplatky velmi silně ovlivňují ekonomickou situaci dnešních seniorů. Nelze se divit, že senioři nemají prostředky na kulturu, volnočasové aktivity, koníčky. Odráží se to ve stále se zhoršující kvalitě jejich života. Seniorský věk vyvolává představu volného času. Člověk se může věnovat svým zájmům, koníčkům a zálibám. Ve skutečnosti je stále více pravdou, že senioři mají opravdu spoustu času, ovšem nemají finanční prostředky. Podstatná část seniorů považuje výši důchodů za nedostatečnou. Finanční situace jim nedovoluje prožívat kvalitní život. Senioři se cítí chudí a začínají mít pocity vyloučenosti ze společnosti.<sup>59</sup>

Sociální aspekty života jsou u každého seniora ve svých projevech neopakovatelné a odlišné. Ve stáří se odrazí celý život jedince. Projeví se všechny dlouhodobé faktory ovlivňující člověka jak po stránce psychické, zdravotní i sociální. Nejdůležitější, největší a seniora nejvíce zasahující jsou sociální změny, které se týkají jeho rodiny a rodinných vztahů. Rodina je nezastupitelná v životě každého člověka. Důležitá pro celý život. Chrání, pomáhá, podporuje. Také dokáže ublížit.

## 2.2 Funkce rodiny

V průběhu modernizace doby se nukleární rodina stala méně závislou na širší rodině. Stala se více závislou na státu. Převzal za ni některé funkce, například funkci péči o nemocné a výchovnou. Státní systém zároveň vytvořil v případě ohrožení rodiny po stránce materiální, ekonomické, zdravotní záchrannou síť. Důsledkem toho dochází k přetrvávání dřívějších sociálních vazeb. Dochází k postupnému rozdělování členů rodiny. Odchází svobodní jednotlivci, rozvedení a ovdovělí. Zapříčiňuje to snižování vícegeneračního soužití. Pouze na venkově a při bydlení v rodinných domech toto soužití omezeně přetrvává dodnes, vlivem tradic rodinného života, vytvořeného životního stylu a podmínkami bydlení<sup>60</sup>.

Na způsob života současného modelu rodiny má vliv mnoho změn v oblasti společenské, ekonomické, právní i kulturní. V moderní společnosti přichází krize manželství. Přináší s sebou změny vztahů v rodině, časté rozvody, změny funkcí v rodině a odlišné postavení muže a ženy v rodině.<sup>61</sup>

<sup>59</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Vyd. 1. Praha: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2. s. 35 – 68.

<sup>60</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

<sup>61</sup> DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.



Funkce rodiny se vyvíjely v souvislosti se společenskými změnami. Byly ovlivňovány jak vztahy uvnitř rodiny, tak postavení rodiny ve společnosti. Do základních funkcí rodiny zahrnujeme funkci reprodukční. Funkce materiální měla v minulosti významnější místo než nyní, neboť dnes funduje systém sociálních podpor. Slabší členové rodiny tak nejsou tolik závislí na silnějších. Funkce výchovná, fungující jako regulátor nežádoucích činností. Nejdůležitější funkcí je emocionální. Funkční rodina poskytuje všem svým členům podporu, pomoc, přijetí, naplňuje potřebu společných rituálů a plánů. Disfunkční rodina je právě v této oblasti nejvíce zraňující. Česká rodina se začíná výrazně měnit v 90. letech. Přibývá programově bezdětných rodin, zvyšuje se počet neúplných rodin a zcela běžným se stává volné partnerské soužití. Někteří lidé volí raději možnost cestování, kariéru a studium. Volí si život bez partnera a bez dětí. Dochází ke změně chápání rodinných vztahů. Převládá odmítavý postoj k soužití dvou generací. Chtějí žít odděleně, ale v blízkosti, aby si mohli pomoci v případě potřeby.<sup>62</sup>

Rodina prochází několika životními fázemi. Poslední fází je fáze stáří a životního osíření. Jedná se o konečnou vývojovou etapu manželství a závěru života.<sup>63</sup>

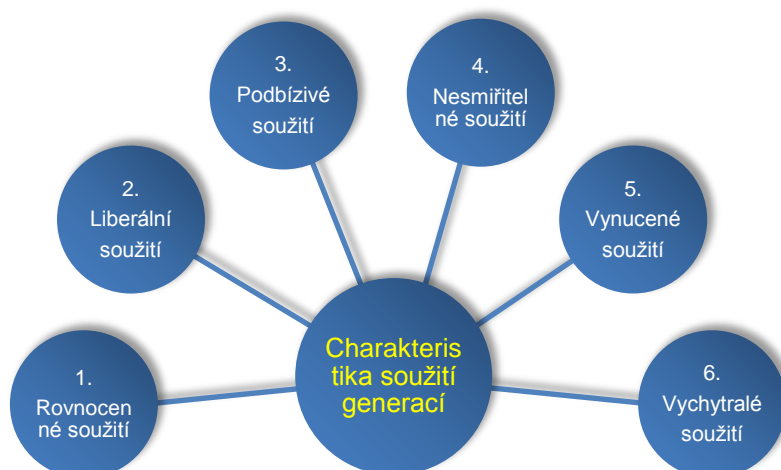
Na sklonku svého života se člověk ohlíží zpět, bilancuje ve vzpomínkách období promarněných šancí a především období radostných let. U mnoha osamělých dochází ke vzniku nových vztahů, často nepochopitelných a neschválených okolím. Ovšem pro aktéry přináší nádherné dny plánování společné budoucnosti. Díky vzpomínkám na mládí se sblíží prarodiče s vnoučaty. Ve stáří se občas v manželském páru dostavuje „ponorková nemoc“. Objevují se jiné nároky na soužití, krystalizují povahové rysy. Důležitým faktorem v rodině je mezigenerační soužití. Vícegenerační rodinu tvoří prarodiče, rodiče a děti. Dobře fungující rodina poskytuje všem členům pocit pochopení, bezpečí a v případě potřeby vzájemnou pomoc. Samozřejmostí je přirozená úcta ke starším, ale i respekt a podpora nároků mladších. Soužití všech členů rodiny je postaveno na solidaritě, demokratických principech a především na lásce. Děti a vnuků k rodičům a prarodičům, rodičovské a sourozenecké. Výchovné a etické důvody hovoří pro generační soužití. Obohacuje život dětí i prarodičů díky transgeneračním citovým vztahům. Řeší problém opuštěnosti starých lidí. Bohužel v dnešní době stále sílí tendence k oddělenému životu jednotlivých generací. Mladí odchází od rodičů a zařizují si život podle svého a do své rodiny se vrací jen zřídka. Prarodiče stále častěji žijí nejen samostatně, ale i v osamocení. Počet a intenzita vzájemných vztahů a vazeb mezi jednotlivými členy rodiny se snižuje. Závažnost tohoto jevu spočívá v tom, že přibývá

---

<sup>62</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

<sup>63</sup> DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

skutečně osamělých jedinců. V době životních krizí jsou zbaveni jak opory, tak životního a citového zázemí. Ovšem neosvědčuje se bezprostřední každodenní generační soužití vzhledem k obtížnosti zabránění mezigeneračních střetů. Tyto střety znehodnocují etické vklady soužití. Dochází k citovému oslabení a vážně důvěrnější komunikace mezi generacemi v rámci rodiny. Řešením vzájemné pospolitosti všech generací může být forma častějších návštěv, příležitostná a slavnostní rodinná setkání či krátkodobé pobyty vnoučat. Soužití různých generací lze charakterizovat od ideálního přes pozitivní až po negativní.<sup>64</sup>



Obrázek č. 6 Charakteristika soužití generací<sup>65</sup>

**Rovnocenné** soužití charakterizuje pohoda mezi generacemi. Jedná se o vyvážené osobnosti, které akceptují zájmy starší generace. Je nejžádanějším základem ve vztazích uvnitř rodiny.

**Liberální** soužití nemá pravidla ani určené hranice. Každý si dělá, co chce. Citové vazby jsou zeslabené, chybí uvědomování si povinností ke starším generacím. Zejména v období nesoběstačnosti dochází k nerespektování jejich citových, fyzických a hmotných potřeb.

**Podbízivé** soužití se vyznačuje bezmocností vůči mladší generaci. Rodiče se snaží o zdánlivé zachování dobrých vztahů, v případech nezájmu vlastních dětí jejich zájem kupují.

**Nesmířitelné** soužití nepřipouští žádný styk mezi mladší a starší generací. Daný postoj je silně negativně vyhraněný, nemorální a sobecký. **Vynucené** soužití je nedobrovolné soužití několika generací nucených bydlet spolu. Nemusí mít vždy negativní stanoviska – např. péče o prarodiče v době nemoci. **Vychytralé** soužití je charakteristické předstíraným zájmem o rodiče či prarodiče z důvodu pomoci s dětmi a domácností či finanční podpory. Jedná se

<sup>64</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9. s. 75 – 86.

<sup>65</sup> Vlastní.

o využívání rodičů či prarodičů. Bezpečné rodinné zázemí a rodina měly a mají pro současného seniora velký význam. Mezigenerační soužití a společné sdílení rodinných vazeb v moderní rodině ubývá. Dochází k prohloubení mezigeneračních názorových rozdílů. Mladí mají odlišný názor od starších na mnoho aspektů lidského života. Jedná se o hodnotový systém, pohled na rodinu, na svět. V důsledku citového oslabení vážně důvěrnější komunikace mezi generacemi v rámci rodiny. Starý člověk v rodině obohatí vzájemné vztahy svými zkušenostmi a od mladých je schopen přijímat a učit se věci nové. Dobře fungující rodina znamená ve stáří záruku pomoci. V případě nesoběstačnosti starého člověka je důležitá jeho podpora jak po stránce psychické, fyzické, tak i hmotné. Důležitá je snaha rodiny pomoc poskytnout, její možnosti, motivace a vůle. Význam nabývá také bydlení rodiny, vzdálenost blízkých či příbuzných osob. Rozhodující je také společenské klima, etické normy a morálka. Důležité jsou společenské i rodinné tradice. Rodina je v péči a pomoci starému člověku nezastupitelná. Starý člověk by měl mít snahu zůstat co nejdéle soběstačný. Chápat vlastní zodpovědnost a připravit se na své stáří. V poslední době se role starých lidí velmi změnila. Mezigenerační vztahy se tím zkomplikovaly. V dnešní době většina prarodičů je nezávislých na rodinách svých dětí. Žijí pokud možno co nejdéle samostatně. Pro rodinu a vnoučata by ovšem měli zůstat nepostradatelným prvkem. Vnášet do jejich životů jiný úhel pohledu na svět a působit na ně svými zkušenostmi. Obzvláště děti potřebují prarodiče, neboť jim mohou poskytnout dostatek času, čímž zastoupí rodiče, kteří v každodenním pracovním procesu tento čas pro ně nemají. V minulosti bylo obvyklé, že děti se postaraly o své staré rodiče. Senioři v rodině se zapojovali dle svých možností do veškeré práce. Cítili se užiteční a potřební. Posilovali svou soběstačnost do vysokého věku. Předávali své zkušenosti a rady mladším. Byli i nadále součástí velké rodiny a společnosti. Samozřejmě byli také rodiny, kde prarodiči odsoudili k pouhému přežívání. Zažívali ústrky, nedostatek úcty, špatné zacházení. V současné době ovlivňuje vzájemné vztahy rodičů a dětí vysoká rozvodovost, volná partnerství a oddělené soužití rodičů a dětí. Mezi generacemi vznikají názorové rozdíly, týkající se všeho dění. Pohled na výchovu dětí, na morálku, etiku a zvláště na společenské změny a události. Mladí nemají často čas, chuť ani finanční prostředky na pomoc svým rodičům, Volí raději „odložení“ starého člověka do vhodného zařízení, kde se o něho postarají. Nemají zájem, aby senior zůstal doma, ve svém prostředí, které důvěrně zná. Mladí mají obavy, že péči o starého člověka nezvládnou. Společnost, která se stará o své seniory by měla těmto mladým i starším lidem nabídnout svou pomoc. Současná společnost ji nabízí. Jedná se o sociální služby a různé sociální aktivity určené seniorům žijícím v domácím prostředí a také těm, kteří o ně doma pečují.<sup>66</sup>

---

<sup>66</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada,

Rodina je pro seniora je velmi důležitá. Pocit osamělosti a nepotřebnosti v dobré rodině neexistuje. Ví, že se může spolehnout na své děti, vnuky a pravnuky. Pomohou mu v nemoci i v běžném životě. Bohužel existují rodiny, kde není žádná sounáležitost ani soucit se staršími členy. V některých dochází dokonce ke zneužívání či týrání seniorů. Je to smutný obraz dnešní doby a pokleslé morálky. Je to obraz společnosti, kde starší a staří lidé jsou bráni jako nepotřební, nepřinášející žádný užitek a jako lidé nemocní a nesoběstační. Zdravá demokratická společnost má zájem, aby všichni její členové byli spokojeni, měli slušnou životní úroveň, dobrou práci. Dbá o vzdělávání a zdravý životní styl svých občanů

### 2.3 Funkce společnosti

Na mezinárodní konferenci konané v roce 2005 v Hradci Králové se její účastníci zabývali postavením a diskriminací seniorů v České republice. Cílem této konference bylo přispět k pochopení postavení, potřeb a těžkostí starších občanů a ke zlepšení jejich situace. Hledání cesty k důstojnému a dobrému životu ve stáří. V kontextu dokumentů OSN – Mezinárodní akční plán pro stárnutí, který byl revidován na II. světovém shromáždění v Madridu v r. 2002. Členské země, včetně České republiky, tímto plánem potvrzují, že budou realizovat a rozvíjet politiky. Cílen bude zlepšit životní podmínky starších lidí. Umožnit jim užít získané roky života ve zdraví tělesném i duševním. Lidská práva, formulovaná ve Všeobecné deklaraci lidských práv se plně a nezmenšeně vztahují na starší občany. Kvalita života není méně důležitá, než délka života. V tomto kontextu byl přijat český Národní program přípravy na stárnutí. Motto této konference hovoří jasně: „Společnost pro občany v každém věku“. V takové společnosti je snaha o vytvoření vhodných podmínek pro kvalitní žití a stárnutí seniorů. Pro jejich bezpečí a důstojnost.<sup>67</sup>

Výchozím rámcem celé Národní strategie podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017 jsou lidská práva seniorů a hodnoty ve společnosti. Současná společnost směřuje k prodlužující se délce života. Vlivem zvyšující se kvality života, životní úrovně a zlepšování zdravotního stavu se stále více obyvatel dožívá vyššího věku. Promítá se to nejen v životě jednotlivých seniorů, ale také ve společnosti, kde zahrnuje mnoho vztahů a oblastí. Prodlužováním délky života se tak seniorský věk stává významnější fází lidského žití. K využití potenciálu rostoucího počtu starších občanů v co největší míře, je potřebné zaměřit

---

2008. ISBN 978-80-247-2169-9. s. 75 – 86.

<sup>67</sup> HOŠEK, Marián. Úvodní slovo. eds. *Postavení a diskriminace seniorů v České republice: sborník z mezinárodní konference, kterou uspořádalo Ministerstvo práce a sociálních věcí ve spolupráci s Českou geriatrickou a gerontologickou společností v rámci XI. Celostátního gerontologického kongresu: v Hradci Králové dne 25. listopadu 2005*. Vyd. 1. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky, 2006. ISBN 80-86878-52-X.

se na dvě základní oblasti - zdraví a celoživotní učení. Od těchto oblastí se odvíjí zajištění účasti na trhu práce, možnost aktivního stárnutí skrze příspěvní k rozvoji občanské společnosti v rámci rodiny či formou dobrovolnictví. Potřebné je podporovat mezigenerační dialog. Společnost si uvědomuje, že s rostoucím počtem seniorů vznikají různé kategorie seniorů. Všichni nemohou být aktivní, a proto patří k povinnostem každé společnosti zajistit důstojnou a odpovídající péči. Stupeň kvality života ve stáří odráží úroveň vyspělosti dané země.<sup>68</sup>

System sociálních služeb pro seniory by měl respektovat jejich práva a individuální potřeby. Zajistit pomoc rodinám, které o seniory pečují. Dotýkat se všech sfér života seniorů. V České republice se na zajišťování pomoci seniorům podílí všechny tři složky sociálních služeb. Jedná se o základní sociální poradenství, které je základní činností při poskytování všech druhů sociálních služeb. Odborné poradenství, do kterého spadají služby sociální péče a služby sociální prevence, půjčování kompenzačních pomůcek a poradny pro seniory. Důležité jsou pro poskytování pomoci především služby sociální péče. Pomáhají seniorům zajistit jejich fyzickou a psychickou soběstačnost a podílí se na uspokojování jejich potřeb. Pro seniory žijící v jejich přirozeném prostředí je nejvíce vhodná pečovatelská služba, osobní asistence, průvodcovské a předčitatelské služby, podpora samostatného bydlení, odlehčovací služby, centra denních služeb a denní stacionáře.<sup>69</sup>

Charakteristika těchto služeb dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách zní takto:

**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.

**Osobní asistence** je terénní služba poskytovaná osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. Služba se poskytuje bez časového omezení, v přirozeném sociálním prostředí osob a při činnostech, které osoba potřebuje. **Průvodcovské a předčitatelské služby** jsou terénní nebo ambulantní služby poskytované osobám, jejichž schopnosti jsou z důvodu věku nebo zdravotního postižení v oblasti orientace nebo komunikace, a napomáhá jim osobně si vyřídit vlastní záležitosti. Služby mohou být poskytovány též jako součást jiných služeb. **Podpora samostatného bydlení** je terénní služba poskytovaná osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu zdravotního postižení nebo chronického onemocnění, včetně duševního onemocnění, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné

<sup>68</sup> [http://www.mpsv.cz/files/clanky/13099/Teze\\_NS.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/13099/Teze_NS.pdf) [online] [cit. 2013-02-22].

<sup>69</sup> KOTÝNKOVÁ, Magdalena a Alena ČERVENKOVÁ. *Začlenění seniorů v sociální struktuře soudobé společnosti*. Praha: VÚPSV, 2001. ISBN 80-238-7234-6.

fyzické osoby. **Odlehčovací služby** jsou terénní, ambulantní nebo pobytové služby poskytované osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, o které je jinak pečováno v jejich přirozeném sociálním prostředí; cílem služby je umožnit pečující fyzické osobě nezbytný odpočinek. **V centrech denních služeb** se poskytují ambulantní služby osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby. **V denních stacionářích** se poskytují ambulantní služby osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku nebo zdravotního postižení, a osobám s chronickým duševním onemocněním, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.<sup>70</sup>

Ministerstvo práce a sociálních věcí v souvislosti s vyhlášením roku 2012 Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity předložilo 13. Února na jednání vlády materiál „Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017. Navazuje na předchozí Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012. Podkladová studie je nedílnou součástí akčního plánu. Dokládá důležitost navržených opatření na základě aktuální situace v České republice, statistických dat, mezinárodních výzkumů, trendů, a odborné literatury. V roce 2013 dojde k vytvoření měřitelných indikátorů k jednotlivým opatřením, podle kterých budou přijaté závazky každoročně monitorovány. Materiál respektuje mezinárodní priority a je v souladu s Regionální implementační strategií Madridského mezinárodního akčního plánu pro problematiku stárnutí (OSN, 2002). Základním rámcem Národního akčního plánu podporujícího pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017 je zajištění dodržování a ochrany lidských práv seniorů. Priority Národního akčního plánu:<sup>71</sup>

---

<sup>70</sup> ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách. In: *Sbírka zákonů České republik.*, 2006, částka 39, s. 22-24. Dostupný také z: [http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108\\_2006\\_Sb.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108_2006_Sb.pdf).

<sup>71</sup> [http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III\\_vlada\\_Akcní\\_plan\\_staruti\\_.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada_Akcní_plan_staruti_.pdf) [online] [cit. 2013-03-14].



Obrázek č. 7: Priority Národního akčního plánu podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017<sup>72</sup>

**Zajištění a ochrana lidských práv starších osob.** Ve společnosti patří starší lidé mezi zranitelné skupiny. Musí čelit stereotypům spojeným se stářím. Potýkají se se zhoršeným přístupem ke svým právům. Znevýhodnění je dáno jak předsudky ze strany společnosti, tak jejich sníženou soběstačností. Starší osoby jsou považovány za méně schopné a ochotné učit se novým věcem, pracovně méně výkonnější. Důsledkem těchto předsudků je např. ignorování jejich přání při poskytování zboží a služeb, zneužití jejich důvěry, podceňování jejich úsudku při poskytování zdravotní či sociální péče, ale také neochota k zaměstnávání starších osob. Samozřejmostí musí být nediskriminující chování ze strany společnosti a povědomost široké veřejnosti o specifických seniorské generace. Senioři sami musí znát svá práva a rozeznat špatné zacházení jak ze strany rodiny, tak ze strany širší veřejnosti. **Celoživotní učení** představuje kontinuální proces získávání a rozvoje vědomostí. Dovedností a intelektových schopností v průběhu celého života. Důležité je formální, neformální i informální vzdělávání. Součástí vzdělávání seniorů je univerzita třetího věku, akademie seniorů, kluby důchodců. Prostřednictvím vzdělávacích kurzů nabízených prostřednictvím nestátních neziskových organizací a organizací zřizovaných obcemi, zejména veřejnými knihovnami. **Zaměstnávání starších pracovníků a seniorů ve vazbě na systém důchodového pojištění.** Zapojení seniorů jako vysoce odborných, zkušených a vyzrálých pracovníků na trhu práce. Vytvořit flexibilní podmínky pro jejich postupný přechod z pracovní aktivity do starobního důchodu. **Dobrovolnictví a mezigenerační spolupráce,** ve které jsou senioři samozřejmou, nedílnou a aktivní součástí naší společnosti. Dobrovolnické aktivity seniorů se v současnosti formují skrze zájmové organizace, občanská sdružení, kluby

<sup>72</sup> Vlastní.

seniorů. Senioři zde převzali dominantní zodpovědnost za realizaci určité činnosti a oblasti aktivit. Realizují se také v rámci své rodiny či formou sousedské výpomoci. Mezigenerační spolupráce vede ke zlepšení sociální soudržnosti. Vytváří pozitivní intergenerační vazby, ovlivňuje kvalitu rodinného života. **Kvalitní prostředí pro život seniorů** je důležité z hlediska možnosti setrvání seniorů v jejich přirozeném prostředí. Důležité je zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví, odpovídající úroveň bydlení, poskytovaných sociálních a zdravotních služeb a dobrá dopravní obslužnost. **Zdravé stárnutí** znamená podporu zdravého životního stylu a prevence nemocí, což je základní předpoklad pro zvýšení kvality a prodloužení aktivního života ve stáří. **Péče o nejkřehčí seniory s omezenou soběstačností** předpokládá širokou provázanost sociálně-zdravotních služeb, reagující na specifické potřeby těchto seniorů. Zapojení pečovatelů.<sup>73</sup>

Senioři tvoří nemalou součást naší společnosti. Je potřebné a důležité při všech přicházejících změnách věnovat pozornost nejen dětem, ekonomicky aktivním občanům, ale také seniorům. Důležité je nedopustit jejich odsun na okraj společnosti, naopak, vytvořit pro ně takové podmínky, které jim umožní prožít postproduktivní věk plnohodnotně, s vědomím platných členů společnosti Pracující senioři v naší současné společnosti mají opravdu těžkou pozici. Pokud to nejsou nejlepší odborníci ve svých profesích, musí se potýkat s negativním postojem mladších generací. Tito lidé jsou přesvědčeni, že jim berou práci, ačkoliv oni sami ji v podstatě odmítají jako podřadnou a špatně placenou. Stanoviska a názory mladší generace vůči pracujícím seniorům jsou do značné míry ovlivněny představami a bohužel i předsudky, které společnost vytvořila vůči starším a starým lidem.

## 2.4 Pracující senior

Počet seniorů pracujících v důchodovém věku ovlivňuje mnoho faktorů. Jedná se o změny v pravidlech přiznávání starobních důchodů, ale hlavně mění se poptávka po pracovních silách. Motivaci seniorů ovlivňuje také jejich finanční situace. Ekonomické hledisko je pro mnoho z nich na prvním místě. Mají snahu, obzvlášť v dnešní době, zajistit si vyšší než minimální životní úroveň. Důležité je pro ně také udržení sociálních kontaktů. Současní senioři mohou dle stávající legislativy pokračovat v ekonomické aktivitě dvěma způsoby. Za prvé mohou zůstat ve stávajícím zaměstnání. Nepobírají starobní důchod, ale ten se jim procentuálně navyšuje za každý odpracovaný rok navíc. Druhou možností je, že pracují souběžně s pobíráním důchodu. Je to nejčastější forma ekonomicky aktivního seniora.

---

<sup>73</sup> [http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III\\_vlada\\_Akcní\\_plan\\_staruti\\_.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada_Akcní_plan_staruti_.pdf) [online] [cit. 2013-03-14].



Ekonomicky aktivní zůstávají zejména senioři s vyšším profesním statusem a vyšším vzděláním. Mnoho žen volí příležitostné práce.<sup>74</sup>

Zaměstnanost a uplatnění seniorů na trhu práce je třeba brát jak z jejich osobní situace, tak potřeb trhu práce. Je nutné uvědomit si, jak heterogenní je seniorská populace ve vztahu k zaměstnanosti. Existují senioři v dobrém funkčním a zdravotním stavu. Naproti tomu senioři s významnými obtížemi a závažnými onemocněními. Senioři s dlouhou pracovní perspektivou, která vyplývá z jejich dispozice k dlouhověkosti a zdatnosti. Jiní s krátkou pracovní perspektivou vzhledem k jejich nízké zdatnosti. Mnoho seniorů se lehce adaptuje na nové pracovní postupy, motivují se k celoživotnímu vzdělávání. Zároveň mnoho seniorů stále lpí na překonaných postupech. Důležitá je také profese a pracovní prostředí, kde senioři pracují. Fyzicky náročné manuální práce jsou výrazně limitující, má-li senior zůstat v dalším zaměstnání. Mnoho pracujících seniorů je motivováno seberealizací, ekonomickou situací a pojetím volnočasových aktivit v pokračování svého zaměstnání.<sup>75</sup>

Mezi specifika zaměstnávání seniorů patří jejich využívání jako levné pracovní síly. Přestavují skupinu, kterou lze využívat v povoláních, jež jsou méně placená, nepřitažlivá pro mladší generaci. Jedná se o práce na částečný úvazek, nebo s nevhodnou pracovní dobou. Mohou být přijímáni do pracovního poměru a opět propouštěni dle potřeb zaměstnavatele. Díky tomu, že pobírají důchod, představují velmi pružnou a pro mnoho zaměstnavatelů vítanou skupinu. Hlavně oceňují jejich ochotu pracovat za menší mzdu.<sup>76</sup>

Situace pracujících seniorů je poměrně složitá. Často se cítí v práci diskriminováni. Pokud si hledají zaměstnání, naráží na velké problémy. Vzhledem k faktu stárnutí české populace, bude stále více pracujících seniorů. Zaměstnavatelé se budou nuceni s touto situací vyrovnat. Pokud si zaměstnavatel uvědomí tyto skutečnosti, může využít potenciál seniora, jeho zkušeností, nadhledu a loajality. Umožnit mu setrvat na stávajícím místě, aniž by pocíťoval jakoukoliv diskriminaci. Pracující senior si je vědom této šance. Snaží se neustrnout u navyklých postupů, stále se učí a přizpůsobuje se měnícím se podmínkám.<sup>77</sup>

Pracující senioři jsou na jedné straně velmi zkušení ve svých profesích, ovšem jejich kvalifikace například ke vztahu IT je nedostačující. S rostoucím věkem lze rovněž očekávat snižování fyzické výkonnosti a zvyšování nemocnosti. Ovšem tyto faktory je možno

---

<sup>74</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

<sup>75</sup> ČEVELA, R., Z. KALVACH, Zdeněk a L. ČELEDOVÁ, *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.

<sup>76</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

<sup>77</sup> ZADRAŽILOVÁ, Dana a kol. *Společenská odpovědnost podniků: transparentnost a etika podnikání*. Vyd. 1. V Praze: C. H. Beck, 2010. Beckova edice ekonomie. ISBN 978-80-7400-192-5.

eliminovat formou pravidelných rekvalifikací, stimulací ke zdravému způsobu života a zlepšováním fyzické kondice.<sup>78</sup>

V současné společnosti se ve vztahu mladších generací k pracujícím seniorům dá hovořit o vyřazování starších lidí z různých aktivit a činností, které vyžadují zvýšenou odpovědnost. Vychází z pocitu mladší generace, že staří lidé na to už nestačí. Můžeme hovořit o novém fenoménu dnešní doby – ageismu.

Výklad pojmu ageismus dle JANĎOURKA: *„Diskriminace jedinců nebo skupin na základě věku. Většinou se týká věkových skupin, které nedosahují nebo nepřesahují určitou věkovou hranici. Může být spontánní, nebo systémový. Většinou se v této souvislosti hovoří o diskriminaci starších lidí. Pojem se v anglosaském světě objevuje od 60. let 20. století a prosazoval ho psychiatr a ředitel amerického Národního institutu pro stárnutí Robert Neil Butler (1927-2010). Podle něj se ageismus vztahuje ke stáří stejně jako rasismus a sexismus k barvě pleti a pohlaví. Ageismus brání mladším generacím identifikovat se se staršími lidmi jako lidskými bytostmi. Jak se projevuje? V knize *Why survive? Being Old in America* to Butler popisuje takto: stereotypy a mýty, otevřené opovržení a averze, nebo jednoduše vyhýbání se kontaktu, diskriminačními praktikami v bydlení, zaměstnání a službách všeho druhu, přídomy, kreslenými seriály a vtipy.“<sup>79</sup>*

V podstatě můžeme říci, že pojem zahrnuje negativní představy a předsudky o starých lidech. Pracující senior tak může zažívat projevy diskriminace vůči sobě. Jedná se o postoje a výroky, jež jsou bez pravdivého základu, ovšem se zdáním, že jsou pravdivé.<sup>80</sup>

*„Senioři by neměli zabírat pracovní místa mladším“* je názor, jehož popularita se mění v závislosti na měnící se výši nezaměstnanosti. Další výtky k pracujícím seniorům ze strany mladších generací se týká jejich úrovně počítačové gramotnosti. Ta je v podstatě závislá na věku a vzdělání. Vysokoškolsky vzdělaní odborníci ve věku šedesát až sedmdesát let jsou dokonale počítačově gramotní, a proto mohou být - a jsou – ekonomicky aktivní mnohem více, než senioři, kteří informační technologie neovládají.<sup>81</sup>

Ekonomicky stále činný senior bojuje s předsudky vůči svému věku, neustále dokazuje mladším, že zvládne svoji práci. Navzdory těmto negativním jevům je však stále zapojený do

---

<sup>78</sup> HANZELKOVÁ, Alena et al. *Business strategie: krok za krokem*. Vyd. 1. V Praze: C.H. Beck, 2013. ISBN 978-80-7400-455-1.

<sup>79</sup> JANĎOUREK, Jan. *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3679-2.

<sup>80</sup> TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Vyd. 1. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002. ISBN 80-238-9506-0.

<sup>81</sup> SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.

společnosti, orientuje se v současném dění, má zachován svůj sociální status. Sociální změny nepocítuje v takové míře, jako senior, který se rozhodl pobírat důchod a již nepracovat.

## 2.5 Senior jako poživatel starobního důchodu

Významnou roli, která vymezuje stáří, má hranice mezi produktivní a postproduktivní částí života. Odvíjí se od věku, kdy vznikne lidem ze zákona nárok na starobní důchod. Důležitá je také možnost udržet se jako starší pracovní síla na trhu práce.<sup>82</sup>

Sociálně i mentálně se člověk stává starým dnem, kdy se změní jeho status z ekonomicky aktivního na důchodce. V současné době stárnoucí člověk odchodem do důchodu řeší zásadní problémy. Dosavadní pracovní stereotyp přestává být funkční. Člověk má najednou nadbytek volného času. Nastává doba změny životního stylu. Mění se prožívání, chování i vnímání. Radost z uvolnění od každodenní pravidelné povinnosti velmi rychle vystřídají problémy s využitím nabytého volného času. Odchod do důchodu je velkým rizikem, pokud člověk nemá konkrétní program a perspektivu, jak nahradit dosavadní rytmus života. Poměrně malý počet seniorů vnímá odchod do důchodu jako obtížnou situaci. Mají psychické problémy s touto pro ně nesnadno zvládnutelnou životní situací. Nejvíce se to týká mužů a vysokoškoláků. Pozitivně hodnotí odchod do důchodu více než polovina seniorů. Můžeme rozlišit dvě kategorie nových důchodců. První tvoří ti, kteří se obávají dopadů nového životního předělu na jejich postavení. Druhá kategorie jsou lidé, kteří odcházejí do důchodu nedobrovolně. Vnímají tento přechod jako nucenou volbu. Mnoho z nich tak vnímá již na startu své seniorské fáze jistý konflikt se společností<sup>83</sup>

Odchod do důchodu je pro většinu lidí silně traumatizující. Silný pocit odloženosti a vyřazenosti je aktuálně prožíván především v šokových fázích odchodu do důchodu. Čím výše stál člověk v pracovní sociální hierarchii, tím je pro něho pocit pádu intenzivnější. Je to dáno především tím, že v důchodu jsou si všichni rovni. Každý člověk je jiný, proto si někteří na status důchodce poměrně snadno zvyknou. Druzí zase naopak nejsou dlouhou dobu tento status akceptovat. Již v roce 1966 uvedl D. B. Bromley pět kategorií adjustace na stáří.

---

<sup>82</sup> KOTÝNKOVÁ Magdalena a Alena ČERVENKOVÁ. *Začlenění seniorů v sociální strukturu soudobé společnosti*, Praha: VÚPSV, 2001. ISBN 80-238-7234-6.

<sup>83</sup> VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Praha: VÚPSV, Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.



Obrázek č. 8: Bromleyho kategorie<sup>84</sup>

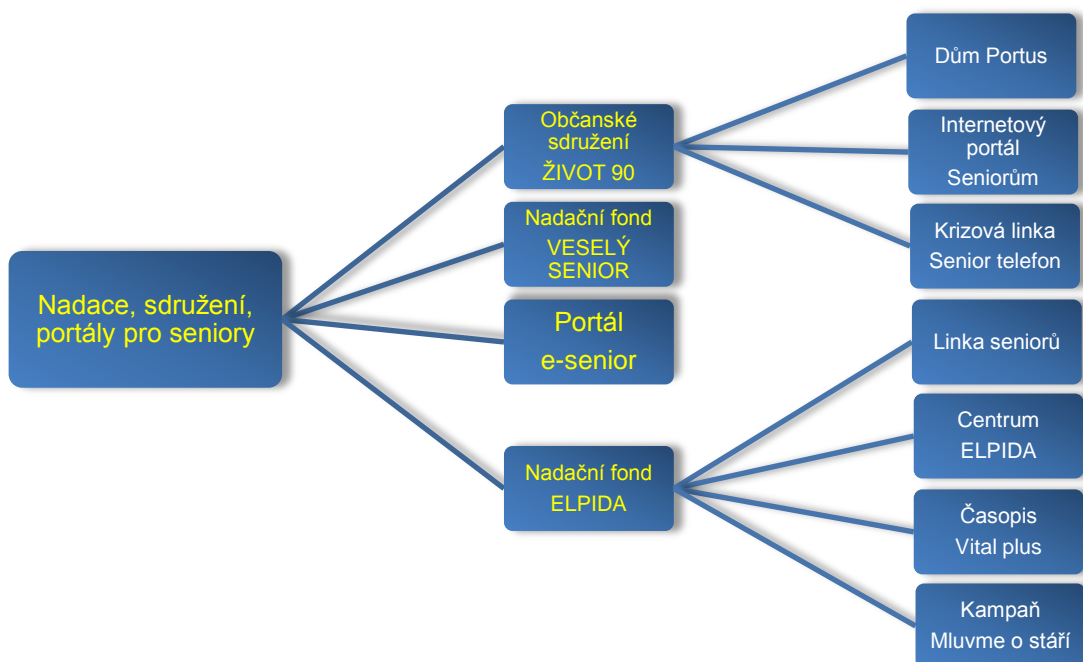
Jako ideální forma adaptace na stáří a akceptaci stáří se jeví **strategie konstruktivnosti**. Senior je dobře vyrovnaný se stářím, Je přizpůsobivý, otevřený a tolerantní. Navazuje snadno vztahy k druhým lidem i ve vyšším věku a udržuje vztahy z minulosti. Vzhledem k jeho optimismu moudře hodnotí dosavadní život. Reálně přijímá budoucí život ve stáří. Vyzařuje z něho optimismus a spokojenost, Má smysl pro humor a není sebelítostivý. Takového ho přijímá i jeho okolí, kde je oblíben a respektován. **Strategie závislosti** je jednou z nejčastějších, kterou lze u seniorů pozorovat. Senior věří, že se o něho postarají druzí. Jak po stránce citové, tak i po stránce hmotné. Upřednostňuje klidné rodinné zázemí. Vítá pohodlí a možnost odpočinku v ústraní. Pracovní kariéra a prestiž nikdy nebyly jeho prioritou. Odchod do důchodu nenese nijak těžce. **Strategie obranného postoje** charakterizuje poměrně velkou část seniorů. Jsou to lidé, kteří se zapojovali do společenského života a veškerého společenského dění. Měli různé politické a společenské funkce. Žili především pro práci. Celoživotně vykazovali vysokou míru soběstačnosti. Takoví lidé se odmítají podrobit stáří. Bojí se závislosti, pokud budou v důchodu. Z pracovní pozice odchází neradi až poté, kdy jsou k tomu donuceni okolnostmi. **Strategie nepřátelství** je velmi škodlivá jak pro jejího reprezentanta, tak pro jeho okolí. Jsou to lidé, kteří chtěli v životě něco dokázat, ale nepodařilo se jim to. Svalují vinu za svoje neúspěchy na druhé. Vymýšlí si různé objektivní příčiny. Stáří v podstatě nepřijímají, berou je jako další nepřízeň osudu. Ve svých projevech jsou podezřaví a současně agresivní. Jsou mrzutí, nepříjemní a závistiví. Nedokáží mít realistický postoj k vlastnímu stáří. Jsou rozhněvaní na celý svět. Ve své ulitě neštěstí zůstávají uzavřeni po celý život. **Strategie sebenávisti** označuje seniory, kteří jsou rozzlobení sami na sebe. Svůj život hodnotí s pohrdáním. Mají sklony k depresím, jsou

<sup>84</sup> Vlastní.

lítostiví a těžce se ovládají. V životě to opravdu daleko nedotáhli pro svůj nepraktický postoj. Cítí se osamělí a zbyteční. Mezi seniory se vyskytují různé kombinace uvedených strategií. O tom, jaký senior ve stáří bude, rozhoduje především povaha člověka a také předchozí životní zkušenosti. Záleží na člověku samotném, jak přijme stáří a v jaké kvalitě ho bude prožívat. Úspěšné vyrovnání s novou pozicí určují nejen kvality osobnostních rysů, ale také objektivita reálné budoucnosti.<sup>85</sup>

Nejlepším receptem pro dnešní seniory je být aktivní. Pro současné seniory - důchodce vzniklo během posledních let mnoho organizací, nadací a občanských sdružení. V současné době se začínají vytvářet internetové portály pro seniory. Příkladem je možnost virtuálního studia Univerzity třetího věku. Velmi mění společenský pohled na stáří a stárnutí. Věnují se seniorům, vytváří pro ně programy.<sup>86</sup>

Činnost různých klubů a spolků je zajímavá. Kluby seniorů rozvíjí jejich zájmy. Současným seniorům společnost nabízí škálu možností k aktivitám. Vzdělávací aktivity nabízí různé instituce, včetně vysokých škol, které nabízí seniorům studium vysokoškolské úrovně v mnoha oborech. Dobrou tradici mají také Akademie třetího věku, které jsou zejména v regionech, kde nejsou vysoké školy. Zakládají se nadace a sdružení nabízející seniorům různé aktivizační programy i finanční příspěvky ke zlepšení seniorských organizací. Vytváří jim podmínky k celoživotnímu vzdělávání. Nabízí jim sociální služby a poradenství.



Obrázek č. 9: Vybrané nadace, sdružení a fondy pro seniory<sup>87</sup>

<sup>85</sup> HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-7038-158-2.

<sup>86</sup> <http://www.e-senior.cz/www/> [online] [cit. 2013- 03-14].

<sup>87</sup> Vlastní.

Mezi nejvíce činné patří například nadační fond **Veselý senior**. Název „Veselý“ vyplývá z pozitivního přístupu a humoru. Senioři, ať zdraví či nemocní touží po pocitu, že jsou ještě užiteční. Touží po společenském vyžití, vlídném zacházení a dotyku. Řešení různých situací pak bývá mnohem snadnější. Nadační fond byl založen v roce 2006. Jeho cílem je šíření mezigenerační solidarity a aktivní stárnutí. Jeho posláním je také změna dosavadního stereotypního pohledu na stáří. Svými finančními možnostmi a svou činností se snaží přispívat ke zlepšení podmínek seniorských organizací. Podporuje volnočasové aktivity seniorů a také jejich vzdělávání. Mezi jeho projekty patří i osvěta a mezigenerační programy.<sup>88</sup>

Nadace České spořitelny - **ŽIVOT 90**, občanské sdružení

*„Jsme tu proto, abychom prohlubovali kvalitu života celé společnosti tím, že přispějeme svou humanitární činností k řešení specifických problémů seniorů, umožnili jim aktivně a smysluplně žít v jejich vlastním domově tak dlouho, jak je to jen možné, abychom provázeli seniory podzimem života tak, aby i jejich stáří plynulo důstojně“<sup>89</sup>*

Občanské sdružení Život 90 zajišťuje humanitární služby pro seniory a provozuje „Dům seniorů PORTUS“ v Praze, který nabízí klubovny, poradny, dopravu pro zdravotně postižené seniory, informační služby a další činnosti. Dům PORTUS je v ČR jedinečným modelem, jehož cílem je umožnit starším lidem, aby mohli žít ve svém vlastním domově a setrvat v něm co nejdéle. Projekt řeší problémy stáří moderními a humánními metodami. Přináší možnost důstojného stáří, udržuje seniory aktivní a pomáhá jim udržet svou nezávislost a soběstačnost. Zlepšuje kvalitu života seniorů, především lidí osamělých, sociálně handicapovaných a zdravotně postižených v jejich vlastních domovech. Kromě Prahy působí sdružení i v dalších třech pobočkách, a to v Hradci Králové, Jihlavě a Zruči nad Sázavou. V roce 2008 pomohla sdružení Život 90 zřídit veřejný internetový portál SENIORUM, který jako první v České republice přináší aktuální, garantované a kompletní informace a rady, jak řešit problémy způsobené stářím. Je určen nejenom seniorům samotným, ale i jejich rodinám, osobám o seniory pečujícím, široké veřejnosti i subjektům, které seniorům nabízejí své služby. Portál návštěvníkům umožňuje vyhledávat v široké databázi kontakty na regionální poskytovatele sociálních služeb, nabízí aktuální volnočasové aktivity, odkazy na odborné poradny (právní, finanční, sociální, psychologická, lékařská) a další odkazy (pracovní příležitosti, chat, seznamka, e-learning). Jeho spuštění proběhlo v prosinci 2008. V roce 2009 se Nadace České spořitelny dále podílela na provozu portálu a jeho dalším rozvoji. V roce 2011 přispěla Nadace ČS finančními prostředky na provoz

<sup>88</sup> <http://www.veselysenior.cz/> [online] [cit. 2013-02-21].

<sup>89</sup> <http://www.zivot90.cz/105-o-nas/148-poslani> [online] [cit. 2013-02-21].

dalších služeb občanského sdružení Život 90, a sice na krizovou linku Senior telefon (tel. 800 157 157) a portál [www.seniorum.cz](http://www.seniorum.cz). **Senior telefon** je telefonická krizová pomoc pro seniory v těžké životní situaci. Jedná se o jedinou veřejně známou bezplatnou krizovou telefonní linku provozovanou 24 hodin denně 365 dní v roce. V r. 2010 se na linku Senior telefonu dovolalo 12 232 volajících z celé České republiky, což je v průměru 34 volajících denně. Na krizovou linku se senioři obrací s různými problémy souvisejícími se stářím jako jsou samota, ztráta blízké osoby, rodinné vztahy, týrání, zdraví, bydlení, finance, volný čas, právní problémy, atp. Senior telefon funguje od r. 1990 a od r. 2003 je poskytován bezplatně. Linku obsluhují vysokoškolsky vzdělaní pracovníci s potřebnými dovednostmi pro tento typ sociální služby. Portál [seniorum.cz](http://www.seniorum.cz) vznikl v r. 2008 za finanční podpory Nadace ČS (generální partner). Poskytuje ucelené, aktuální a garantované odpovědi na otázky související se stářím, a to jak pro seniory, tak pro ty, kdo o seniory pečují. V r. 2010 zaznamenal portál 34 650 návštěv. Vzrůstající zájem je o sekci "Odborníci radí", tradičně hojně navštěvované jsou "Aktuality". Portál pro seniory a jejich blízké je součástí systematických a dlouhodobých snah Života 90 o technologickou inovaci komunikace se seniory a zdravotně - postiženými v České republice.<sup>90</sup>

Významným nadačním fondem je **Elpida**. Realizuje pro současné seniory mnoho projektů. Elpida realizuje tyto dlouholeté projekty:

**Linka seniorů** - bezplatná telefonní linka důvěry s krizové intervence pro seniory a osoby o seniory pečující s celostátní působností. Poskytuje kvalitní psychologickou intervenci, informace z oblasti medicíny, práva, psychologie a systému sociální podpory.

**Centrum Elpida** - moderní vzdělávací a společenské centrum, místo pro setkávání seniorů. Nabízí poradny, cvičení, tréninky paměti a tematické workshopy. Počítačové a jazykové kurzy v příjemném prostředí zde již absolvovalo 20 tisíc seniorů. Mladí a trpěliví lektoři, vlastní učebnice. Tempo výuky je přizpůsobené potřebám seniorům.

**Vital plus** - nejčtenější časopis pro seniory v České republice. Společenských čtvrtletník, který se zabývá postavením seniorům ve společnosti. Přináší rozhovory, reportáže, fejetony, tipy z oblasti vzdělávání a zdraví.

**Mluvme o stáří:** „*Nech mou babičku na pokoji!*“ Dlouhodobá kampaň, která usiluje o změnu vnímání seniorů ve společnosti. Odstartovala v roce 2010 formou outdoorové a mediální kampaně. V roce 2012 na sebe bere podobu společných koncertů indie-rockové Please The Trees a pěveckého sboru seniorů Elpida.<sup>91</sup>

---

<sup>90</sup>[http://www.csas.cz/banka/appmanager/portal/nadace?nfpb=true&pageLabel=nadace\\_doc&docid=internet/cs/sc\\_7197.xml](http://www.csas.cz/banka/appmanager/portal/nadace?nfpb=true&pageLabel=nadace_doc&docid=internet/cs/sc_7197.xml) [online] [cit. 2013-02-21].

<sup>91</sup><http://www.elpida.cz/page.php?page=4> [online] [cit. 2013-02-21].

Současní senioři se musí sami snažit využívat možnosti, které jim nabízí společnost. Důležitý je aktivní přístup k životu, přístup k jejich péči o zdraví. Účast na dobrovolných a kulturních aktivitách.<sup>92</sup>

Současní senioři mají spoustu možností, jak aktivně prožívat svůj život. Není nutné, aby seděli osamělí ve svých domovech, bez kontaktu s ostatními lidmi. Pokud mají zájem a s ohledem na své zdravotní možnosti se mohou stále více zapojovat do dění ve společnosti. Věnovat se svým zájmům a koníčkům. I když nejsou ekonomicky aktivní, stále existuje mnoho oblastí, které nejsou finančně příliš zatěžující. Je na samotných seniorech, zda toho dokáží využít. Jak se ke svému životu ve stáří postaví a nakolik chtějí plnohodnotně žít a být tak součástí společnosti.

## SHRNUTÍ

Sociální integrace seniorů je důležitá z hlediska zachování kvality jejich života. Vlivem odchodu z produktivního života u seniorů nastávají změny, týkající se jak rodinného, tak společenského života. Rodina má v životě seniora nezastupitelnou úlohu. Je důležitá pro jeho pocit bezpečí a sounáležitosti. Úlohou společnosti je umožnit seniorům smysluplný život, pomoci sociálně potřebným či zdravotně postiženým seniorům. Zabraňovat projevům ageismu a věkové diskriminace, především u ekonomicky aktivních seniorů, ale také u seniorů ekonomicky neaktivních. Senioři sami musí být aktéry svých životů, neboť jsou to především oni, kteří mohou svůj život zaplnit smysluplnou činností.

---

<sup>92</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.



### 3 RIZIKA SOCIÁLNÍHO VYLOUČENÍ SENIORŮ

Termín sociální vyloučení označuje komplexně podmíněnou nedostatečnou účast jednotlivce, skupiny nebo místního společenství na životě celé společnosti. Znamená život v chudobě, bez dostatečného příjmu a přiměřeného bydlení. Nedostatečný přístup ke společenským institucím zajišťujícím vzdělání, zdraví, ochranu a blahobyt. Zdrojem dlouhodobého stresu je pocit, že člověk nemá ve společnosti místo. Příčiny sociálního vyloučení jsou individuální i systémové. Staří lidé jsou skupinou snadno zranitelných osob, neboť se jedná také o seniory trpícími různými onemocněními, omezenou mobilitou a soběstačností.<sup>93</sup>

Užší definice označují za sociálně vyloučené ty, kdo nemohou participovat na normálních aktivitách občanů dané společnosti z důvodů, jež jsou mimo jejich kontrolu. Sociálně vylučovaní jsou kráceni ve svých základních občanských právech. Evropská unie v diskursu sociální politiky vymezuje sociální vyloučení jako důsledek několika faktorů. Jedná se o kombinovaný vliv nezaměstnanosti, nízkého příjmu, nízké vzdělanosti a kvalifikaci, zhoršeného životního prostředí, Dále neadekvátního bydlení, nedostupnosti kvalitní lékařské péče a kvalitního vzdělávání a vysoké kriminality. Zahrnuje také krizi sociálních institucí klíčových pro občanskou společnost a krizi rodiny.<sup>94</sup>

Neméně rizikovým faktorem možného sociálního vyloučení seniorů je jejich diskriminace a ageismus společnosti. Sociálním zdrojem ageismu může být konflikt hodnot. Pramení z předpokladu, že efekt stárnutí vyvolává u starších lidí potřebu zastávat výrazně jiné hodnoty, než mají mladší lidé. Rodinné hodnoty štěpované dnešním seniorům se mohou velmi lišit od hodnot, vštěpovaných dnešním dětem. Zdroje ageismu mohou být podmíněny kulturou dané společnosti. Jedná se o různorodé faktory – hodnotové systémy, humor, umění, literatura. Specifikem těchto zdrojů je jejich schopnost neomezeně rozmnožovat diskriminační postoje a stereotypy vůči seniorské generaci. Z předčasného a zjednodušeného hodnocení vznikají stereotypy o stáří.<sup>95</sup>

Diskriminační chování pramení z předsudků, které zaujímáme vůči seniorům. Mezi nejčastěji přijímané nekritické představy patří, že staří lidé jsou všichni stejní, staří mužů

---

<sup>93</sup> MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Vyd.1. Praha: Portál 2003, ISBN 80-7178-549-0.

<sup>94</sup> MAREŠ, Petr. *Faktory sociálního vyloučení*. Vyd. 1. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2006, ISBN 80-87007-15-8.

<sup>95</sup> HROZENSKÁ Martina a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ, *Sociální péče o seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada publishing a.s. 2013. ISBN 978-80-247-4139-0.

a žen je stejné, stáří je ekonomickou zátěží pro společnost, staří nemají čím společnosti přispět a stáří je křehké, proto potřebuje péči.<sup>96</sup>

Osoby vystavené diskriminacím a předsudkům přijímají dominantní skupinový záporný obraz. Na základě těchto negativních stereotypů se pak i chovají. Jejich postoj se tak obrací proti nim, neboť redukuje společenskou činnost, přijímají chudobu, nehledají vhodné lékařské ošetření. Důsledky diskriminace stáří mohou mít několik podob. Segregované bydlení, alkoholismus, uzavření do sebe, sebevraždy. Mezi nejdůležitější faktory možného sociálního vyloučení seniorů patří kvalita vztahů v rodině mezi jednotlivými generacemi.<sup>97</sup>

### 3.1 Vnější vlivy

Mezi vnější rizikové faktory sociálního vyloučení řadíme postoj společnosti a rodiny ke starší generaci. Společnost si musí uvědomit, že celková péče o seniory vychází nejen z hodnocení tělesných změn. Je potřeba chápat člověka jako celistvou bytost. Nepodceňovat význam psychosociálních potřeb v období stáří. Pro upevňování celkového tělesného zdraví a pro motivaci k dalšímu životu hrají důležitou roli. Velmi důležitá je potřeba jistoty sociální role a pozice ve společnosti. Každý potřebuje někam patřit. Společnost si musí uvědomit, že u seniorů přibývá mnoho sociálních změn a ztrát. Často bývají obtížně přijímány. Souvisí se změnou pracovní role. Senior ztrácí navyklé pracovní činnosti a pracovní kolektiv. Odchodem do důchodu se mění jeho společenská role, mnoho seniorů se ocitá v sociální izolaci. Vlivem nemocí, rozvodů a smrtí partnera přichází osamělost a samota. Snížením fyzických sil dochází k závislosti na druhých, neboť se snižuje schopnost soběstačnosti. Odchodem dětí z domova se mění jejich role matky či otce. Tyto změny mohou omezit schopnost staršího člověka být sám sebou. Často mohou vést ke ztrátě kontroly nad svým životem. U seniorů tak dochází k obavám z budoucnosti. Potřebují mít víru ve své schopnosti a naději, že budou mít někoho, kdo jim pomůže nést tíhu současných i budoucích omezení, bude je provázet úskalím stáří.<sup>98</sup>

Vnímání seniorů ve společnosti je velmi ovlivněno jejich obrazem v médiích. Zabývají se spíše odstrašujícím popisem černé budoucnosti, která na každého seniora čeká. Přispívá k tomu řada medializovaných sdělení, snažících se pomoci seniorům. Bohužel v jejich podtextu jsou patrné předsudky. Média často informují o podvedení či okradení seniorů. V následujících radách a doporučeních je zcela zřejmý postoj k seniorům jako k osobám

---

<sup>96</sup> TOŠNEROVÁ, Tamara, *Ageismu. Průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Vyd. 1. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002. ISBN 80-238-9506-0.

<sup>97</sup> HROZENSKÁ Martina a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ, *Sociální péče o seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada publishing a.s. 2013. ISBN 978-80-247-4139-0.

<sup>98</sup> KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

neschopným posoudit reálnou situaci. Rady a doporučení jsou často nedůstojná a vypovídají o předsudcích k seniorům a ke stáří. Díky těmto informacím se jeví život seniorů jako plný nebezpečí a přibývajících léta automaticky vzbuzují strach z ohrožení.<sup>99</sup>

Média a politici prezentují k seniorům názory, postoje a stanoviska, která vytváří mezigenerační napětí. Postoj mladé generace vůči seniorům je pak velmi negativní. Současná česká společnost preferuje mládí. Nejen v mediálních prostředcích, ale také v zaměstnání. Senior přitom může v řadě pracovních atributů být lepší než mladý člověk, neboť mají specifické nezastupitelné pracovní vlastnosti. Rozumí svému řemeslu, mají větší nadhled, jsou pečliví a spolehliví. Na rozdíl od mladých disponují svým časem.<sup>100</sup>

Postoj a fungování rodiny seniora má velký vliv na rizika možného sociálního vyloučení staršího člověka. Senioři se velmi obtížně vyrovnávají se ztrátou partnera. Těžká je pro ně akceptace zhoršujícího se zdravotního stavu a tím ubývajících soběstačnosti. Nechtějí být odkázáni na pomoc druhých, stydí se, že nezvládnou to co dříve. Nechtějí být závislí na dětech. Od vyhledání pomoci je odrazuje i strach z reakce okolí. Bohužel, ne každá rodina má zájem o seniora pečovat. Mnohdy seniorovi pomoc vyčítá, nestydí se přijímat úplatu. Někteří senioři jsou vystaveni fyzickému, ale především psychickému týrání. Projevuje se to izolací seniora, nezabezpečování tepla a stravy. Nedochozí k žádné komunikaci, prohlubuje se pocit osamělosti, přidá se rezignace na rodinné soužití a dochází k celkové rezignaci života.<sup>101</sup>

Společnost by měla přispívat k vytváření pozitivního pohledu na seniory, podporovat změny v mezigeneračním vnímání a prezentovat v médiích seniory jako plnohodnotné občany. Dobré rodinné vztahy pomáhají seniorům ve všech oblastech jejich života.

### 3.2 Vnitřní vlivy

Zdravotní stav ve vyšším věku velmi ovlivňuje všechny aspekty života seniorů. Zvyšuje tak možnosti rizika jejich sociálního vyloučení. Ve stáří je člověk mnohem náchylnější k chorobám ovlivňujícím jeho zdravotní stav než v mladém věku. Proces stárnutí mohou urychlit přidružená chronická onemocnění. Zvýrazní celkový úbytek sil, zvýší obtíže při vykonávání běžných denních aktivit.<sup>102</sup>

---

<sup>99</sup> MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3.

<sup>100</sup> SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.

<sup>101</sup> VESELÁ, Jitka. *Sociální služby poskytované seniorům v domácnosti*. Praha: VÚPSV, 2003. ISBN 80-239-1353-0.

<sup>102</sup> POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010. ISBN 978-80-247-3271-8.

Příznaky duševních poruch ve stáří se vyskytují podobně jako u jiných věkových kategorií. U seniorů má deprese svoje specifika. Symptomy na první pohled nemusí být patrné, zhoršují se somatické projevy, léčba nepomáhá a dochází k chronickým potížím. Ve stáří se člověku může zdát, že všeho dosáhl. Anebo naopak o vše pro něho významné přišel. Může mít pocit, že něco ve vztahu k druhým lidem promeškal. Tento pocit podporuje ztráta partnera, odchod dětí z rodiny, nemoc, invalidita. Odchod do důchodu a zhoršení ekonomické úrovně rovněž často nepřispívají k pocitu spokojenosti. Starý, zdravý i nemocný člověk je velmi citlivý na změny prostředí. Každá hospitalizace či přestěhování do instituce pro seniory vede ke zhoršení nálady, zmatenosti a neklidu. Mohou nastat poruchy myšlení a vnímání. Poruchy chování mohou trvat i několik měsíců. Kognitivní poruchy postupně zhoršují denní činnosti. Senior nezvládá péči o sebe a domácnost. Hrozí nebezpečí úrazu či nehody.<sup>103</sup>

Fyzická křehkost také úzce souvisí se stárnutím. Její příčinou může být snížená fyzická schopnost, snížená imunita a snížená svalová síla. Dochází ke ztrátě kostní hmoty a minerálů v kostech, tělesná rovnováha a pohyblivost je narušena. Nebezpečné jsou různé pády, při kterých dochází ke zlomeninám. Senior se stává více závislým na pomoci druhých osob. Mezi specifické znaky nemocí ve stáří patří polymorbidita. Senior trpí více onemocněními. Jedno onemocnění vyvolává další nemoc. Sociální rozměr nemoci se týká zejména chronických nemocí a chorob. Jejich projevy mohou vést k invaliditě a sociálnímu omezení. Senior se tak stává závislý na rodině či společnosti. Negativní psychickou odezvu a nesmazatelné rány na duši působí všechny formy zanedbávání a týrání seniorů.<sup>104</sup>

Důležitým vnitřním vlivem je samotný postoj seniora ke svému životu. Mít pro co žít. Nevzpomínat jen na dobu mládí a dospělosti. Dokázat stárnout tak, aby to jeho životu dávalo smysluplnou náplň.<sup>105</sup>

Každý senior má šanci změnit směřování svého života. Ujasnit si, co bude dál. Každý se v průběhu svého života musel vyrovnávat s různými střety, konflikty a nástrahami. Řešením těchto situací získal spoustu zkušeností. Záleží na každém, jak je využije ve stáří.<sup>106</sup>

Senior, který má zájem úspěšně stárnout by měl posilovat a udržovat dostatečnou aktivitu. Nečinnost je patogenní nejen tělesně, ale také psychicky a sociálně. Negativní důsledky nečinnosti jsou ve starším věku daleko závažnější. Přirozené involuční změny jsou

---

<sup>103</sup> VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Problematické situace v péči o seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing, a.s. 2007. ISBN 978-80-247-2170-5.

<sup>104</sup> MLÝNKOVÁ, Jana. *Péče o staré občany*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing a.s., 2011. ISBN 978-80-247-3872-7.

<sup>105</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemoci*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-0179-0.

<sup>106</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie, Možnosti, které nás čekají*. Vyd. 1. Praha: Grada 2011. ISBN 978-80-247-3604-4.

mnohem rychlejší. Přiměřená aktivita seniorů značně zlepšuje kvalitu jejich života a snižuje možná rizika sociálního vyloučení.<sup>107</sup>

Špatný zdravotní stav, ať se jedná o fyzický či psychický velmi výrazně dokáže ovlivnit a změnit život seniora. Odchod do důchodu, změny prostředí a především ztráta životního partnera – ho může uvrhnout do apatie a nečinnosti. Všechny tyto okolnosti mohou znamenat počátek sociálního vyloučení seniora ze společnosti.

### **3.3 Faktory minimalizující sociální vyloučení seniorů**

Současná společnost má zásadní vliv na faktory minimalizující rizika sociálního vyloučení seniorů. V Národním akčním plánu podporujícím pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017 jsou tyto faktory obsaženy.

Senioři sami musí znát svá práva. Musí rozeznat špatné zacházení ze strany veřejnosti i rodiny. Je nezbytné posílit jejich samostatnost. Zvýšit informovanost o vymahatelnosti jejich práv a o možnostech obrany. Zacházení se staršími osobami úzce souvisí s otázkou diskriminace a lidské důstojnosti. Je důležité zajistit ochranu starších osob před všemi projevy týrání, zneužívání a nedůstojného zacházení. Podporovat vzdělávací, osvětové a další aktivity zaměřené na předcházení věkové diskriminace. Nedílnou součástí celoživotního učení musí být podpora vzdělávacích aktivit pro seniory. Kurzy by se měli zaměřit na rozvoj v oblasti komunikačních a informačních technologií. Prostřednictvím U3V a akademie seniorů rozvíjet zájmové vzdělávání, aby docházelo k růstu účastníků se seniorů. Zájmové vzdělávání významně přispívá k prodlužování plnohodnotného aktivního života. Zvyšuje nezávislost seniorů a má pozitivní dopad také na jejich zdravotní stav. Využitím informačních a komunikačních technologií umožnit účast také seniorům z mimouniverzitních lokalit. Využít sítí veřejných knihoven měst a obcí na virtuální U3V. Pokud chce senior pracovat, je potřeba informovat o důchodové reformě a možnostech pracovní činnosti v kombinaci s dávkou v důchodovém systému, prodloužit pracovní kariéru pracovníků, bojovat proti výskytu věkové diskriminace, klást důraz na Age Management. Nabídnout starším pracovníkům rekvalifikaci a tím možnost dalšího pracovního uplatnění. Využít jejich celoživotních zkušeností. Změnit postoje ke stárnutí a brát věkovou diverzitu společnosti i firem jako výhodu. V mezigenerační spolupráci formovat od nejútlejšího věku výchovou v rodině a ve školách pozitivní postoje k problematice stáří a stárnutí. Rozvíjet aktivity,

---

<sup>107</sup> LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. Vyd. 2. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1284-9.

kteřé povedou k oboustrannému vzájemnému porozumění. Pro vícegenerační setkávání vytvořit zázemí naplňující další sociální a zdravotní služby. Na školách spoluprací mezi žáky, studenty a seniory zvyšovat úctu ke stáří. Znevýhodněné a zranitelné skupiny seniorů zohledňovat při realizaci jednotlivých aktivit. Rozvíjet podmínky pro mezigenerační setkávání a spolupráci. Posílit stabilní mezigenerační vztahy, spolupráci v rodině, komunitě i na celospolečenské úrovni. Zajistit profesionalitu, serióznost a kvalitu ve sdělovacích prostředcích, doporučovat etické postupy při informování veřejnosti o seniorech, mezigeneračních otázkách, stáří a stárnutí. Podpořit zapojení seniorů do dobrovolnické činnosti. Realizovat projekty na dobrovolnictví seniorů v institucích a veřejných službách. (školství, knihovny, nemocnice, domovy pro seniory, aj.). Zvýšení aktivního zapojení seniorů do komunitního života vznikem Rad seniorů na úrovni obcí a krajů. Podpořit vzájemnou výpomoc mezi seniory. Vytvářet odpovídající infrastrukturu s dostatečnou občanskou vybaveností. Poskytnout vhodnou nabídku různých forem bydlení. Snažit se o bezbariérovost a dostupnost veřejné dopravy. Důležité je informování seniorů o zdravém životním stylu. Motivovat je k odpovědnosti za své zdraví. Vytvářet nabídku preventivních programů s důrazem na holistický přístup. Zohlednit rozmanité potřeby seniorů s ohledem na jejich zdravotní stav a věk při vytváření aktivit. Rozšířit spolupráci nestátních organizací s orgány státní správy. V péči o seniory potřebující nějaký druh pomoci musí nabídnout široce provázané sociálně-zdravotní služby. V domácím prostředí je důležitá provázanost profesionální péče v oblasti zdravotní i sociální. Nabídnout specializovanou geriatrickou péči. Zvýšení prestiže a legislativní vymezení v oblasti poskytování sociálních služeb tak, aby práce jako profese zaručovala stejnou úroveň kvality a odbornosti. Zapojit rodinné příslušníky do péče o seniory. Vzdělávat a podporovat neformální pečující formou psychologického poradenství, vzdělávání a dostupné nabídky odlehčovacích služeb. Zvláštní důraz klást na rozvoj sociální práce venkovských oblastí, kde hrozí riziko sociálního vyloučení seniorů.<sup>108</sup>

Důležitý je postoj společnosti ke stáří a stárnutí. Presentace v médiích nesmí seniory vykreslovat jako osoby nesoběstačné, trpící různými nemocemi a odevzdaně čekající na konec svého života v domovech a ústavech. Je potřeba naučit mladou generaci úctě ke stáří. Výchova v rodinách a ve školách by měla přispívat k mezigeneračnímu pochopení a soužití.

---

<sup>108</sup> [http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III\\_vlada\\_Akcni\\_plan\\_staruti\\_.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada_Akcni_plan_staruti_.pdf) [online] [cit. 2013-03-14].

## SHRNUTÍ

Mezi závažné faktory možného sociálního vyloučení patří diskriminace seniorů, ageismus společnosti a vztahy v rodině. Úkolem společnosti je zabezpečit důstojné prožití stáří a stárnutí svých obyvatel. Tvorbou Národního akčního plánu podporujícího pozitivní stárnutí pro období let 2012 až 2017 vytváří podmínky pro kvalitní život seniorů. Navrhuje programy pro jejich aktivní zapojení. Pro zdravotně znevýhodněné seniory se snaží zajistit kvalitní a dostupné zdravotní a sociální služby. Soustřeďuje se na rozvoj sociální práce, především venkovských oblastí, neboť zde je riziko sociálního vyloučení seniorů vysoké. Důležitým faktorem minimalizujícím rizika sociálního vyloučení seniorů je vlastní aktivita této skupiny obyvatel.

## **EMPIRICKÁ ČÁST**



## 4 VÝZKUM

Výzkum byl prováděn v Přerovském regionu. Ke dni 31. 12. 2012 byl počet obyvatel 134 136 osob. Počet osob starších šedesáti let je 38 514 osob. Senioři tedy tvoří téměř jednu čtvrtinu obyvatel regionu.

**Oblast Přerovska** se rozkládá v centru Moravy na jihovýchodě Olomouckého kraje v oblasti soutoku řek Moravy a Bečvy. Na severu hraničí s regionem Olomouc a na západě s regionem Prostějov. Na východě má Přerovský region společnou hranici s regionem Nový Jičín z Moravskoslezského kraje a s regiony Vsetín a Kroměříž z kraje Zlínského. Část regionu tvoří úrodná rovinnatá Haná, pozvolna přecházející v Moravskou bránu, střeženou z obou stran pahorkatinami Oderských vrchů. Přerovský region se řadí na třetí místo mezi všemi pěti regiony Olomouckého kraje. Celková rozloha činí 846 km<sup>2</sup>.

### Přerovský region



Obrázek č. 10. – Přerovský region<sup>109</sup>

Do katastru Přerovského regionu spadá 104 obcí (trvalé bydliště zde má přes 134 tisíc obyvatel), 6 má statut města ((Hranice, Kojetín, Lipník nad Bečvou, Potštát, Přerov a Tovačov), 3 statut městyse (Brodek u Přerova, Dřevohostice, Hustopeče nad Bečvou). Po zániku okresních úřadů a vzniku samosprávných krajů začátkem roku 2003 vzniklo nové

<sup>109</sup>[http://www.google.cz/search?q=p%C5%99erovsk%C3%BD+region&hl=cs&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=VhdsUZ75MuaD4AT5o4HIDw&ved=0CAcQ\\_AUoATgK&biw=1280&bih=715](http://www.google.cz/search?q=p%C5%99erovsk%C3%BD+region&hl=cs&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=VhdsUZ75MuaD4AT5o4HIDw&ved=0CAcQ_AUoATgK&biw=1280&bih=715) .[online] [cit. 2012-12-12].

dělení pro účely státní správy. Jedná se o správní obvody obcí s rozšířenou působností (Hranice, Lipník nad Bečvou, Přerov)., Statutární město Přerov s více než 46 tisíci obyvateli je největší město Přerovského regionu a druhé největší město Olomouckého kraje.

Výzkum je zaměřen na aktivity a kvalitu života seniorů žijícími ve svém přirozeném prostředí ve městech a vesnicích tohoto regionu. Na kvalitu jejich života a sociální integraci v souvislosti se zdravotním stavem, rodinou a společností a na možná rizika přispívající k jejich sociálnímu vyloučení. Výzkum je rovněž zaměřen na rozdíl mezi seniorkami a seniory v konkrétních případech různých faktorů ovlivňujících aktivity a zároveň možná rizika jejich sociálního vyloučení. Konkrétní případy jsou zpracovány formou osmi rozhovorů se čtyřmi seniory a čtyřmi seniorkami. Jsou voleni dva muži a dvě ženy žijící ve městě a dva muži a dvě ženy žijící na vesnici. Osloveni jsou také čtyři zástupci organizací, pořádající aktivizační akce pro seniory. Formou rozhovorů se zástupcem TJ Sokol, zástupcem Svazu Letců, pracovníci městské knihovny a pracovníci muzea je zjišťována angažovanost společnosti i seniorů na pořádaných akcích. V rámci předvýzkumu bylo rozesláno 50 dotazníků. Zaměřením otázek předvýzkumu je ověřována vhodnost volby otázek do vlastního výzkumu. Vytvořený výzkumný dotazník obsahuje 22 otázek.

#### **4.1 Stanovení výzkumných cílů a výzkumných předpokladů**

Hlavním cílem je charakterizovat, zda aktivity seniorů v Přerovském regionu, žijících ve svém přirozeném prostředí jsou dostatečné pro zachování kvality jejich života a prostřednictvím výzkumu zmapovat možná rizika sociálního vyloučení.

Dílejší cíle:

- Pomocí rozhovorů zkoumat, zda respondenti výzkumu mají odlišné názory a postoje na kvalitu jejich života a možnosti aktivit a zapojení do života komunity a společnosti.
- Zjistit, zda respondenti mají možnosti aktivit přispívajících ke kvalitě jejich života a popsat faktory přispívající k možným rizikům jejich sociálního vyloučení.
- Zmapovat, jak vnímají zástupci vybraných organizací nabízejících volnočasové aktivity seniory.
- Objasnit na základě provedeného výzkumu možná rizika sociálního vyloučení seniorů žijících ve svém přirozeném prostředí v Přerovském regionu.

Výzkumné předpoklady:

- VP1: Předpokládáme, že u většiny respondentů věk a pohlaví souvisí s četností jejich aktivit.(kontakty s přáteli, členství v organizacích, zájmy) a tyto souvislosti mají vliv na možná rizika sociálního vyloučení.
- VP2: Předpokládáme, že většina respondentů žijících ve městě je ohrožena rizikem sociálního vyloučení a většina respondentů žijících na vesnici není ohrožena rizikem sociálního vyloučení.
- VP3: Předpokládáme, že většina vysokoškolsky a středoškolsky vzdělaných respondentů má dostatečné aktivity snižující riziko možného sociálního vyloučení.
- VP4: Předpokládáme, že zdravotní omezení většiny respondentů je faktorem jejich sociálního vyloučení.
- VP5: Předpokládáme, že většina ekonomicky aktivních respondentů není ohrožena rizikem sociálního vyloučení a většina respondentů ekonomicky neaktivních je ohrožena rizikem sociálního vyloučení.
- VP6: Předpokládáme, že většina respondentů v častém kontaktu (denní, týdenní, měsíční) s rodinou není ohrožena hrozbou sociálního vyloučení.
- VP7: Předpokládáme, že většina respondentů se neúčastní akcí pro ně pořádaných, neboť o nich není informována.
- VP8: Předpokládáme, že většina seniorů má zdravotní a ekonomické problémy, a jsou ohroženi možným sociálním vyloučením.

## 4.2 Metodologie, organizace výzkumu a cílové skupiny

V rámci metodologie byl zvolen smíšený výzkum. Dále byly zvoleny metody kvalitativní i kvantitativní. V rámci kvalitativního výzkumu byl použit strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Účelem tohoto typu rozhovoru je co nejvíce minimalizovat efekt tazatele na kvalitu rozhovoru a redukovala jsem tak pravděpodobnost výrazné odlišnosti získaných dat v jednotlivých rozhovorech. Data se snadněji analyzují, neboť jednotlivá témata se v přepisu rozhovoru snáze lokalizují.<sup>110</sup>

Rozhovory byly se souhlasem respondentů nahrávány. V příloze je uvedena jejich přímá citace. Získaná data byla kategorizována a poté byly vytvořeny závěry výzkumu. Jedním ze zájmů výzkumu jsou rovněž názory a postřehy zástupců sdružení a pracovníků organizací, které se zabývají seniory. Vytváří a organizují pro ně aktivizační programy. S těmito byly

---

<sup>110</sup> HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.

provedeny neformální rozhovory zaměřené na účast a informovanost seniorské generace. Vyhodnocení těchto rozhovorů bylo formou kategorizace použito do závěrů výzkumu. Jedná se o volný přepis rozhovorů, neboť nebyl poskytnut souhlas s jejich nahráváním.

V rámci kvantitativního výzkumu byla použita metoda dotazníkového šetření. Dotazník byl sestaven z předem připravených, promyšlených otázek. Na základě prováděného předvýzkumu byly zvoleny otázky, související s dílčími cíli a celkovým cílem diplomové práce. Respondenti na ně odpovídali písemně. Strukturovaný dotazník tvoří celkem 22 otázek, z toho 12 uzavřených, 8 polo uzavřených a 2 otevřených. Součástí dotazníku bylo představení tazatele, pokyny k vyplnění a položky, zjišťující data. Následovaly otázky zjišťující zkušenosti a názory respondentů.<sup>111</sup>

Výsledky dotazníkového šetření byly zpracovány pomocí uspořádání dat a sestavení tabulek četností pomocí čárkovací metody a pomocí grafického zobrazení dat.<sup>112</sup>

Cílové skupiny:

První cílovou skupinu tvořili senioři – muži a ženy – žijící v Přerovském regionu ve svém přirozeném prostředí. Druhou cílovou skupinu tvořili zástupci a pracovníci organizací, podílejících se na zajišťování aktivit pro seniory. v Přerovském regionu.

Organizace výzkumu:

Výzkum probíhal od června 2012 do února 2013

2. 6. – 31. 8. 2012	Setkávání se seniory, navázání kontaktů se zástupci organizací
4. 9. – 30. 9. 2012	Distribuce a zpracování dotazníků předvýzkumu
2. 10. – 29. 10. 2012	Rozhovory se seniory
3. 11. – 15. 11. 2012	Distribuce dotazníků respondentům
16. 12. – 20. 12. 2012	Rozhovory s pracovníky a zástupci organizací
3. 1. – 15. 1. 2013	Vrácení vyplněných dotazníků
16. 1. – 14. 2. 2013	Zpracování a vyhodnocení dotazníků
15. 2. – 15. 3. 2013	Vyhodnocení a zpracování získaných dat

Tabulka č. 1: Organizace výzkumu

<sup>111</sup> GAVOR, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Vyd. 1. Brno: Paido, 2000, ISBN 80-85931-79-6.

<sup>112</sup> CHRÁSTKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu Základy kvantitativního výzkumu*. Vyd. 1., Praha: Grada Publishing, 2007, ISBN 978-80-247-1369-4.

V letních měsících roku 2012 jsem se zúčastnila různých akcí se seniory. V jejich průběhu jsem postupně zjišťovala jejich názory, pocity a postoje nejen k jejich prožívání života, ale také co je trápí, co by chtěli změnit. Kontaktovala jsem pracovníky různých organizací, zabývajících se pořádáním akcí pro seniory. Domluvila jsem se s nimi na další spolupráci, ohledně mého výzkumu. V září jsem sestavila dotazník a provedla předvýzkumné šetření. Obsahoval 16 otázek (uzavřené, polozavřené i otevřené). Předvýzkumu se zúčastnilo 50 respondentů. Po analýze předvýzkumu jsem si ujasnila vlastní dotazníkové výzkumné šetření. V listopadu 2012 bylo dáno do distribuce celkem 530-ti dotazníků určených pro respondenty – seniory. Využily jsme kontaktů a dotazníky distribuovali přes známé a kolegy na pracovišti. Dotazníky byly k dispozici všem zájemcům v čekárnách obvodních lékařů, zubních lékařů, lékárnách, klubech důchodců. Na vesnicích byly osloveny poštovní doručovatelky, které ochotně dotazníky distribuovaly především na vesnicích. Dotazník se tak doručil k širokému okruhu seniorů ve městech i na vesnicích. Jednotlivé rozhovory jsem si domluvila s osmi seniory. Volila jsem čtyři ženy (dvě z města, dvě z vesnice) a čtyři muže (dva z města a dva z vesnice). Můj zájem se soustředil na pracovníky různých spolků a organizací, které se snaží o aktivizaci seniorů, ať v oblasti vzdělávání, udržování fyzické aktivity či jejich podpory.

Z celkem 530-ti dotazníků se vrátilo k 15. 1. 2013 od respondentů 490 dotazníků.

### **4.3 Vlastní výzkum**

Výzkumné šetření je rozděleno do tří částí. A - první část obsahuje kategorizaci strukturovaných rozhovorů s osmi respondenty. Jedná se o rozhovor se dvěma ženami žijících ve městě ve věku 63 a 66 let, dvěma ženami žijících na vesnici ve věku 77 a 88 let. Dále se dvěma muži žijících ve městě ve věku 81 a 64 let a dvěma muži žijících na venkově ve věku 72 a 69 let. Kategorizaci je zvolena zvlášť pro ženy a muže z důvodu porovnání kritérií také vzhledem k pohlaví seniorů. Respondenti svolili s nahráváním rozhovorů, jejich přesná citace je součástí této práce. B – druhá část obsahuje zpracování dotazníků. Celkem bylo rozesláno 530 dotazníků. Od respondentů se vrátilo 490 dotazníků. C – třetí část obsahuje kategorizaci otevřených rozhovorů se zástupci: TJ Sokol, Svazu letců ČR, muzea a knihovny.

## A/ ROZHOVORY se seniory

a) ŽENY – seniorky, rozhovory jsou uvedeny v příloze č. 2

Kategorie	RŽ1	RŽ2	RŽ3	RŽ4
Věk	63	66	77	88
Vzdělání	Vyučená	Středoškolské s maturitou	Vyučená	Vyučená
Bydlení	Město	Město	Vesnice	Vesnice
Bydlí	S manželem	Sama	Sama	S rodinou
Zdravotní stav	Dobrý	Špatný (cukrovka, páteř)	Špatný (oči, klouby, cukrovka)	Špatný (trvale ležící)
Soběstačnost	Samostatná	Částečně samostatná	Samostatná	Zcela závislá na péči
Styk s rodinou	2x ročně	Denně	1x týdně	Denně
Styk s přáteli, známými	1x týdně	1x měsíčně	1x týdně	Nestýká se
Poživatel důchodu	Ne	Ano	Ano	Ano
Zaměstnán/a	Ano	Ne	Ne	Ne
Brigáda	Ne	Ne	Ne	Ne
Sociální dávky	Ne	Ne	Ne	Ano
Pečovatelská služba	Nevyužívá	Nevyužívá	Nevyužívá	Využívá
Člen organizace	Ne	Ne	Ne	Ne
Aktivity, koníčky	Ano	Ano	Ano	Ne
Negativa	Současná společnost	Současná společnost	Samota	Zdravotní stav

Tabulka č. 2: Kategorie - seniorky

Legenda:

RŽ1 – paní J.

RŽ2 – paní V.

RŽ3 – paní K..

RŽ4 – paní S.

Zajímavé bylo zjištění, že pouze jedna žena má středoškolské vzdělání. Tři ženy uvádí špatný zdravotní stav. V kontaktu s přáteli není jediná paní S. Jak sama říká o svých kamarádkách: „Čekají ňa tam nahore.“ Ani jedna z žen není členkou organizace. Nejaktivnější je paní J., která jezdí na kole. Aktivit pořádaných pro seniory se neúčastní. Důvod je prostý, slovy paní V.: „Nechce se mi“ a slova paní K.: „Jsem už stará bába“. Paní S. trápí její zdravotní stav, sama říká: „Už bych chtěla tam nahoru“. Dvě ženy jsou nespokojeny se stavem současné společnosti. Slova paní J.: „Trápí mě tahle doba. Spousta lidí bez práce a za všechno se platí šílené peníze“.

**b) MUŽI – senioři**

Přesná citace rozhovorů je uvedena v příloze č 2 (Senioři – muži)

<b>Kategorie</b>	<b>RM1</b>	<b>RM2</b>	<b>RM3</b>	<b>RM4</b>
<b>Věk</b>	81	64	72	69
<b>Vzdělání</b>	Vysokoškolské	Vysokoškolské	Vyučený	Vyučený
<b>Bydlení</b>	Město	Město	Vesnice	Vesnice
<b>Bydlí</b>	Sám	S manželkou	S manželkou	S manželkou
<b>Zdravotní stav</b>	Výborný	Výborný	Dobrý	Dobrý
<b>Soběstačnost</b>	Samostatný	Samostatný	Samostatný	Samostatný
<b>Styk s rodinou</b>	1x za půl roku	Denně	Denně	Denně
<b>Styk s přáteli, známými</b>	Denně	Denně	Denně	Denně
<b>Poživatel důchodu</b>	Ano	Ano	Ano	Ano
<b>Zaměstnán/a</b>	Ne	Ne	Ne	Ne
<b>Brigáda</b>	Ano	Ano	Ne	Ne
<b>Sociální dávky</b>	Ne	Ne	Ne	Ne
<b>Pečovatelská služba</b>	Nevyužívá	Nevyužívá	Nevyužívá	Nevyužívá
<b>Člen organizace</b>	Ano	Ne	Ano	Ano
<b>Aktivity, koníčky</b>	Ano	Ano	Ano	Ano
<b>Negativa</b>	Současná společnost	Současná společnost	Vztah ke zvířatům	Současná společnost

Tabulka č. 3: Kategorie - senioři



Legenda:

RM1 – pan R.

RM2 – Pan P.

RM3 – pan J.

RM4 – pan M.

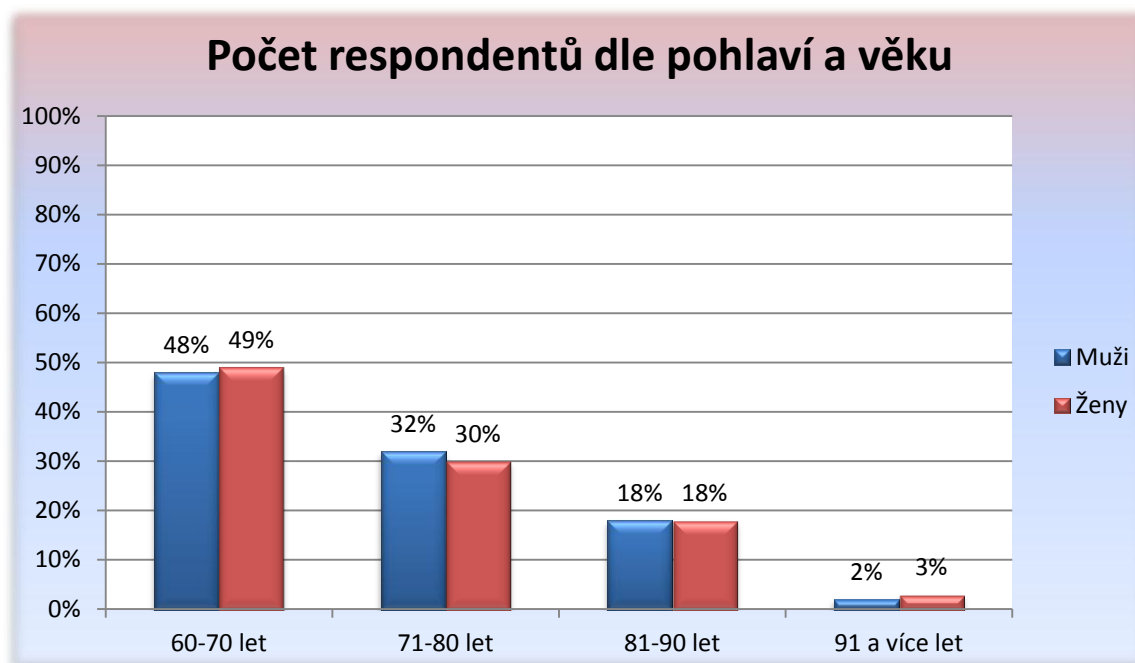
Zajímavé bylo zjištění, že dva muži mají vysokoškolské vzdělání. Kontakt s rodinou nemá jediný pan R., neboť: „*„Občas si zavoláme. Ono po tom rozvodu kdysi, nějak jsem se s nimi rozešel.“* Kontakt s přáteli a známými mají všichni muži denně. Jediný pan P. není členem organizace. Nejaktivnější je pan R., který navštěvoval také Univerzitu třetího věku U3V, ale jak sám říká: „*Nechal jsem toho, neměl jsem čas jezdit do školy. To víte, život. Někoho potkáte, změňte priority“*. Jediný pan P. se neúčastní aktivit pro seniory. Pan M. se účastní: „*Občas jdeme s Božkou na tancovačku“*. Tři muži jsou nespokojeni se stavem současné společnosti. Slova pana R.: „*Nejvíc mě trápí, kam spěje tahle společnost. Ti mladí a už i děcka, no to je hrůza. A staří jen pořád brečí, místo aby zvedli hlavy.“*

Interpretace výsledků:

Muži mají vyšší vzdělání než ženy, zdravotní stav mají výborný. Ženy mají zdravotní stav špatný. Většina mužů a žen má denní kontakt s rodinou. Muži se denně stýkají s přáteli, ženy jednou za týden. Tři muži jsou členy organizace, u žen není členkou organizace žádná. Všichni muži a tři ženy mají své aktivity. Tři muži a dvě ženy jsou nespokojeni se současnou společností. Z výsledků vyplývá, že nezáleží, zda žijí ve městě nebo na vesnici. Rizikem možného sociálního vyloučení u paní S, je vysoký věk a špatný zdravotní stav. Ostatní senioři jsou nejvíce ohroženi rizikem sociálního vyloučení z důvodu ekonomické nedostatečnosti. Výše důchodu nestačí na pokrytí všech jejich potřeb.

## B/ Dotazníkové šetření

Z odpovědí na identifikační otázky vyplývá, že se dotazníkového šetření zúčastnilo 310 respondentek a 180 respondentů. Ženy tvoří 63% a muži 37% z celkového počtu respondentů.



Graf č. 1 počet respondentů dle pohlaví a let

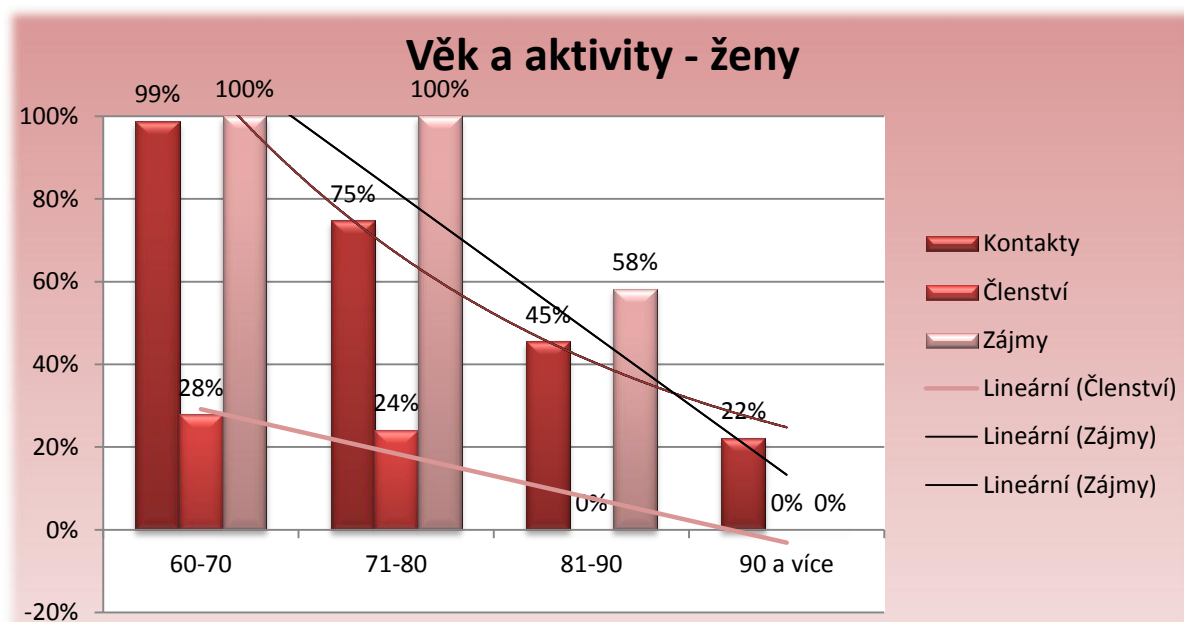
Z celkového počtu seniorek – žen tvoří věkovou kategorii 60 – 70 let 151 žen, tedy 49%, věkovou kategorii 71 – 80 let 95 žen, tedy 30%, věkovou kategorii 81 – 90 let 55 žen, tedy 18% a věkovou kategorii 91 a více let 9 žen, tedy 3%. U seniorů mužů tvoří věkovou kategorii 60 – 70 let 87 mužů, tedy 48%, věkovou kategorii 71 – 80 let 58 mužů, tedy 32%, věkovou kategorii 81 – 90 let 32 mužů, tedy 18% a věkovou kategorii 91 a více let 3 muži, tedy 2%.

Počet vdaných žen tvoří 59%, rozvedených 3% a vdov 38%. U mužů tvoří počet ženatých 59%, rozvedených 23% a vdovců 18%.

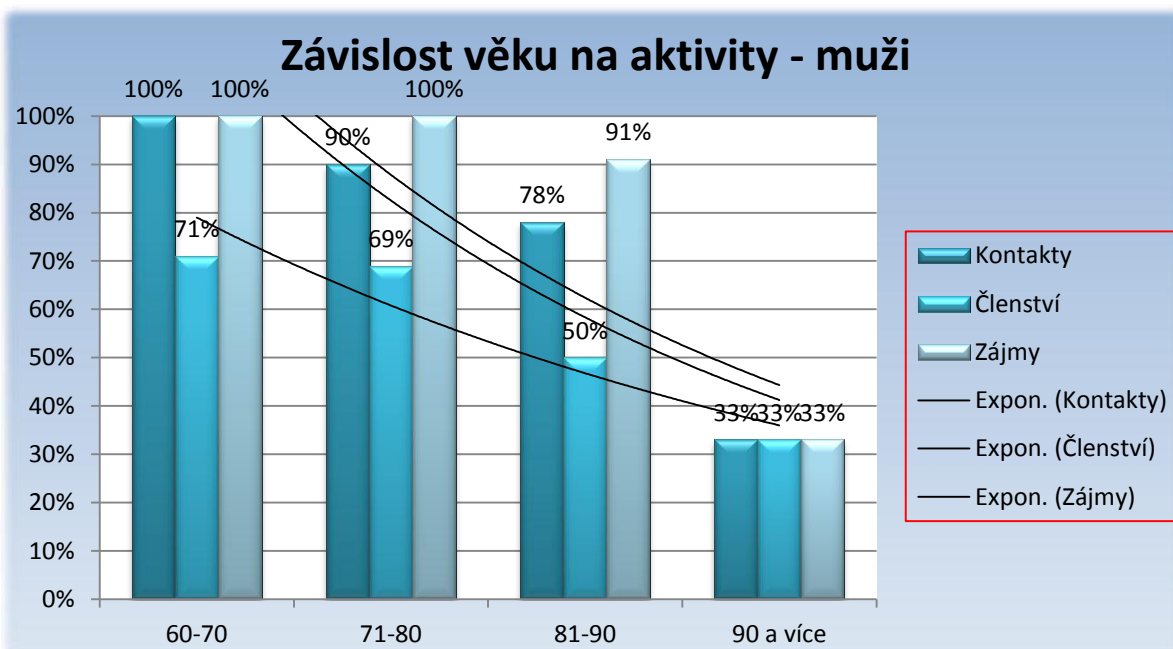
## Výzkumný předpoklad č. 1:

Předpokládáme, že u většiny respondentů věk a pohlaví souvisí s četností jejich aktivit, (kontakty s přáteli, členství v organizacích, zájmy) a tyto souvislosti mohou mít vliv na možná rizika sociálního vyloučení.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřována otázkami č. 1, 2, 12, 18 a 21.



Graf č. 2. Závislost věku na aktivitě – ženy.



Graf č. 3: Závislost věku na aktivitě – muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že věk **žen** velmi výrazně ovlivňuje jejich aktivity. S přibývajícím rokem je aktivita senierek stále menší. Kontakty s přáteli tvoří v kategorii žen ve věku 60-70 let 99%, ve věku 71 – 80 let již 75%, ve věku 81 – 90 let 45% (tedy necelá polovina celkového počtu žen) a ve věku 91 a více let pouze 22% (tedy necelá třetina z celkového počtu žen). Členství v organizacích je u senierek celkově nízké a tvoří necelou třetinu žen v kategorii 60 – 70 let a 71 – 80 let. Ve vyšších věkových kategoriích není žádná žena členkou nějakého spolku, svazu či zájmové organizace. Zájmy a záliby si zachovává 100% žen ve věkové kategorii 60 – 70 let i v kategorii 71 – 80 let. Ve věkové kategorii 81 – 90 let má své zájmy 58% žen, což představuje téměř dvě třetiny z celkového počtu v této kategorii. Čím vyšší je věk ženy, tím vyšší je ztráta kontaktů a omezení či naprostá ztráta jakýchkoliv aktivit. U žen starších 90 let může být věk a ztráta kontaktů a zájmů možným faktorem sociálního vyloučení.

U senierek – žen se potvrdilo, že s přibývajícím věkem dochází ke snižování aktivit (kontaktů, zájmů) a přibývajícím věkem může být faktorem sociálního vyloučení.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že věk **mužů** také ovlivňuje jejich aktivity. Tato závislost ovšem není tak markantní jako u senierek – žen. S přibývajícím rokem je aktivita seniorů menší. Kontakty s přáteli tvoří v kategorii mužů ve věku 60-70 let 100%, ve věku 71 – 80 let 98%, ve věku 81 – 90 let 78% (tedy stále více jak tři čtvrtiny mužů v této věkové kategorii) a ve věku 91 a více let 33% (tedy celá třetina z celkového počtu mužů). Členství v organizacích je u seniorů celkově poměrně vysoké. Ve věkové kategorii 60 – 70 let tvoří členové různých organizací 71%, poměrně vysoké je členství ve věkové kategorii 71 – 80 let – 69%, V kategorii 81 – 90 je stále členem nějakého spolku 50% mužů (polovina respondentů) a v kategorii 91 a více let je to třetina respondentů – 33%. Zájmy a záliby si zachovává 100% mužů ve věkové kategorii 60 – 70 let i v kategorii 71 – 80 let. Ve věkové kategorii 81 – 90 let má své zájmy 91% mužů, což představuje téměř všechny respondenty v této věkové kategorii. V kategorii 91 a více let si své zájmy udržuje 33% mužů (třetina seniorů v této věkové kategorii).

U seniorů – mužů se potvrdilo, že s přibývajícím věkem klesají jejich aktivity méně než u žen, tudíž riziko ohrožení sociálním vyloučením je menší.

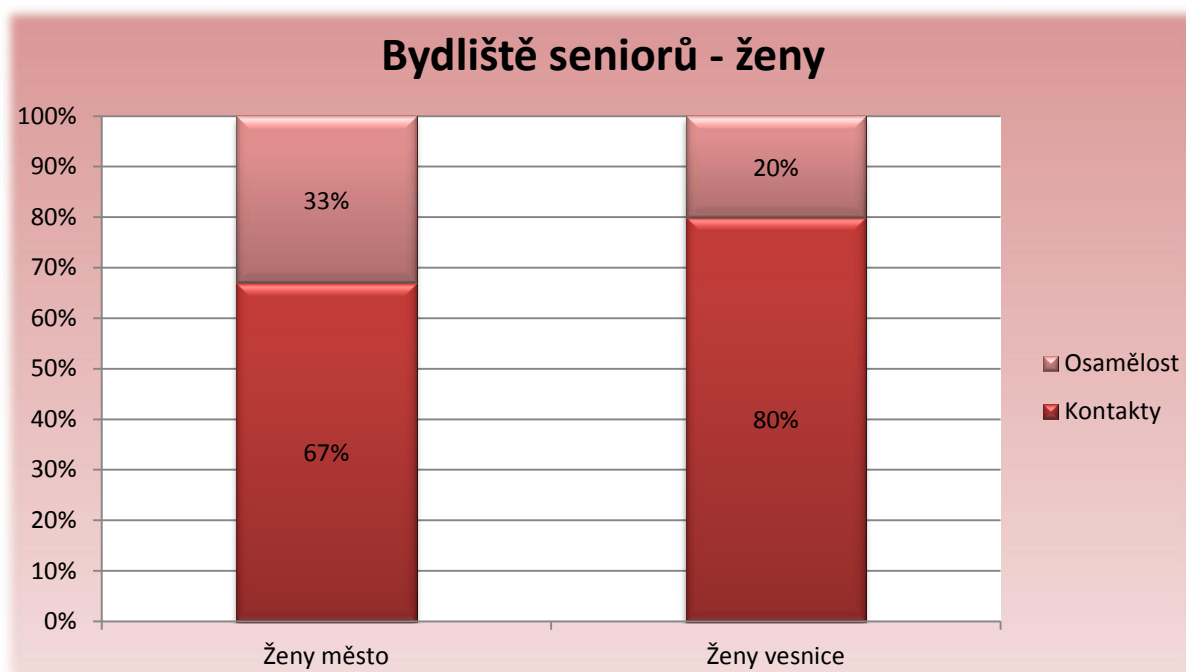
Porovnáme – li ženy a muže, lze říci, že s přibývajícím věkem se aktivita snižuje jak u mužů, tak u žen. U mužů neklesá tak markantně, jako u žen. Celkově se zvyšující věk a s tím spojené snižování aktivity seniorů jeví jako důležitý faktor rizika sociálního vyloučení.

**Výzkumný předpoklad č. 1 se potvrdil.**

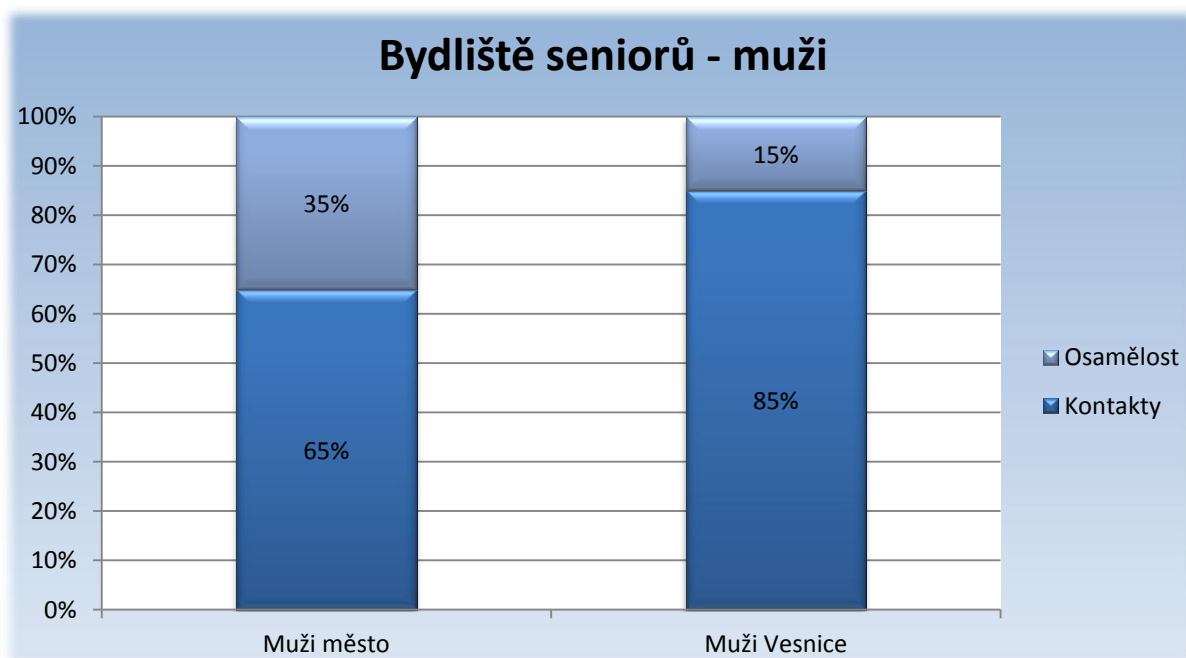
## Výzkumný předpoklad č. 2.

Předpokládáme, že většina respondentů žijících ve městě je ohrožená rizikem sociálního vyloučení a většina respondentů žijících na vesnici není ohrožena rizikem sociálního vyloučení.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřována otázkami č. 1, 5, 12, 17.



Graf č. 4: Bydliště – kontakty, ženy.



Graf č. 5: Bydliště – kontakty, muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že 137 **žen** žije ve městě. 67% z nich má stálé kontakty s přáteli, známými. 33% se cítí osamělé. Na vesnici žije 173 žen. 80% má stálé kontakty s přáteli a známými, pouze 20% respondentek se cítí osamělé. Z výzkumu vyplývá, že ženy žijící ve městě jsou osamělejší, než ženy žijící na vesnici. Osamělé ženy na vesnici tvoří z celkového počtu žen jednu pětinu, zatímco osamělé ženy ve městě tvoří z celkového počtu žen žijících ve městě téměř jednu třetinu. Ženy žijící ve městě jsou ohroženy rizikem možného sociálního vyloučení.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že 94 **mužů** žije ve městě. 65% z nich má stálé kontakty s přáteli, známými. 35% se cítí osamělí. Na vesnici žije 86 mužů. 85% má stálé kontakty s přáteli a známými, pouze 15% respondentů se cítí osamělí. Z výzkumu vyplývá, že muži žijící ve městě jsou osamělejší, než muži žijící na vesnici. Osamělí muži na vesnici tvoří z celkového počtu mužů necelou jednu pětinu, zatímco osamělí muži ve městě tvoří z celkového počtu mužů žijících ve městě jednu třetinu. Muži žijící ve městě jsou ohroženi rizikem možného sociálního vyloučení.

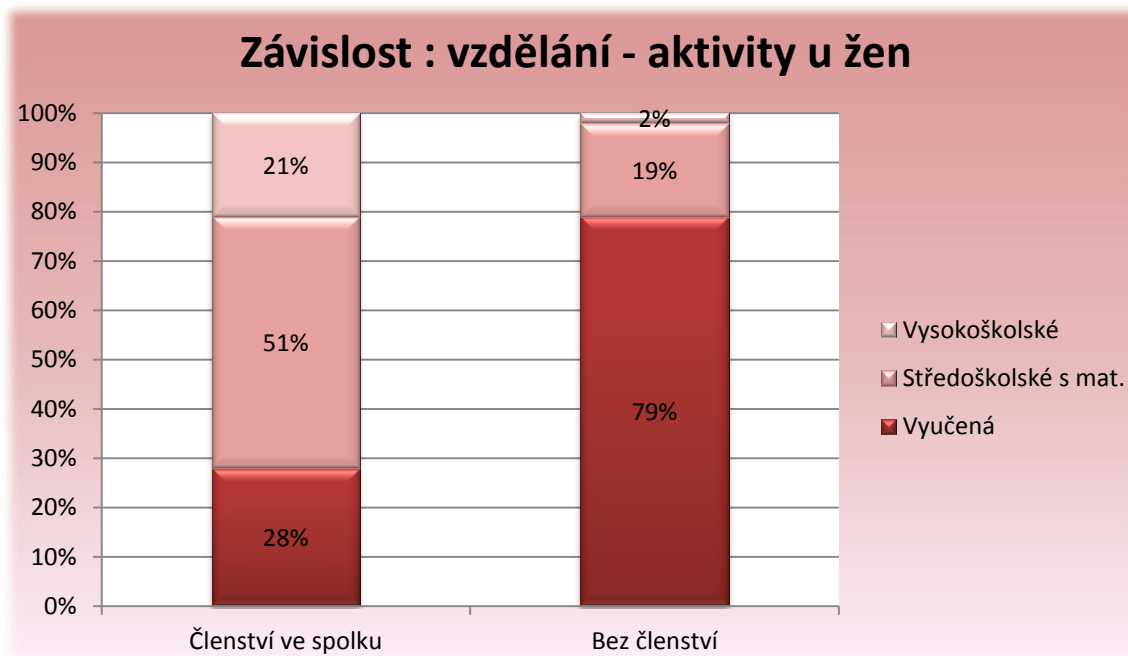
Vliv bydliště je zcela zřetelný. Na vesnici trpí osamělostí a malými kontakty s přáteli pětina seniorů z celkového počtu. Ve městě trpí osamělostí a malými kontakty s přáteli jedna třetina seniorů z celkového počtu. Senioři bydlící ve městě, ať muži nebo ženy, jsou mnohem více ohroženi možným rizikem sociálního vyloučení,

**Výzkumný předpoklad č. 2 se potvrdil.**

### Výzkumný předpoklad č. 3

Předpokládáme, že většina vysokoškolsky a středoškolsky vzdělaných respondentů má dostatečné aktivity snižující riziko možného sociálního vyloučení.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřována otázkami č. 4, 18.



Graf č. 6: Závislost vzdělání – aktivity, ženy.



Graf č. 7: Závislost vzdělání – aktivity, muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 65 **žen**, které jsou členkami nějaké organizace či spolku, tvoří vyučené ženy 28%, ženy se středoškolským vzděláním tvoří 51% a ženy s vysokoškolským vzděláním tvoří 21%. Ženy, které nejsou členkami žádné organizace či spolku z celkového počtu 245 žen tvoří 79% vyučených, 19% se středoškolským vzděláním a 2% s vysokoškolským vzděláním. Z uvedených údajů vyplývá, že ženy se středoškolským a vysokoškolským vzděláním jsou mnohem více zapojené v různých organizacích a spolcích. Dosažené vzdělání ovlivňuje aktivitu seniorek a snižuje rizika možného sociálního vyloučení.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 116 **mužů**, kteří jsou členy nějaké organizace či spolku, tvoří vyučení muži 18%, muži se středoškolským vzděláním tvoří 44% a muži s vysokoškolským vzděláním tvoří 21%. Muži, kteří nejsou členy žádné organizace či spolku z celkového počtu 64 mužů tvoří 55% vyučených, 7% se středoškolským vzděláním a 3% s vysokoškolským vzděláním. Z uvedených údajů vyplývá, že muži se středoškolským a vysokoškolským vzděláním jsou mnohem více zapojeni v různých organizacích a spolcích. Dosažené vzdělání má určitý vliv, ovlivňuje aktivitu seniorů a snižuje rizika možného sociálního vyloučení.

U seniorů, mužů i žen, se ukázala souvislost mezi dosaženým vzděláním a aktivitou. Čím vyšší je dosažené vzdělání, tím nižší jsou rizika jejich sociálního vyloučení.

**Výzkumný předpoklad č. 3 se potvrdil.**



#### Výzkumný předpoklad č. 4

Předpokládáme, že zdravotní omezení většiny respondentů je faktorem jejich sociálního vyloučení.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřována otázkou č. 1, 6, 7,8, 21.



Graf č. 8: Vliv zdravotního omezení na aktivitu – ženy.



Graf č. 9: Vliv zdravotního omezení na aktivitu – muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 167 zdravých **žen** je 100% aktivních. Z celkového počtu 163 žen se zdravotním omezením je 46% aktivních, 48% aktivních s omezením a pouze 6% neaktivních. Z uvedených údajů vyplývá, že zdravotní omezení není hrozbou sociálního vyloučení.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 95 zdravých **mužů** je 100% aktivních. Z celkového počtu 85 mužů se zdravotním omezením je 60% aktivních, 40% aktivních s omezením a žádný muž kvůli omezenému zdravotnímu stavu není neaktivní. Z uvedeného vyplývá, že zdravotní omezení není hrozbou sociálního vyloučení.

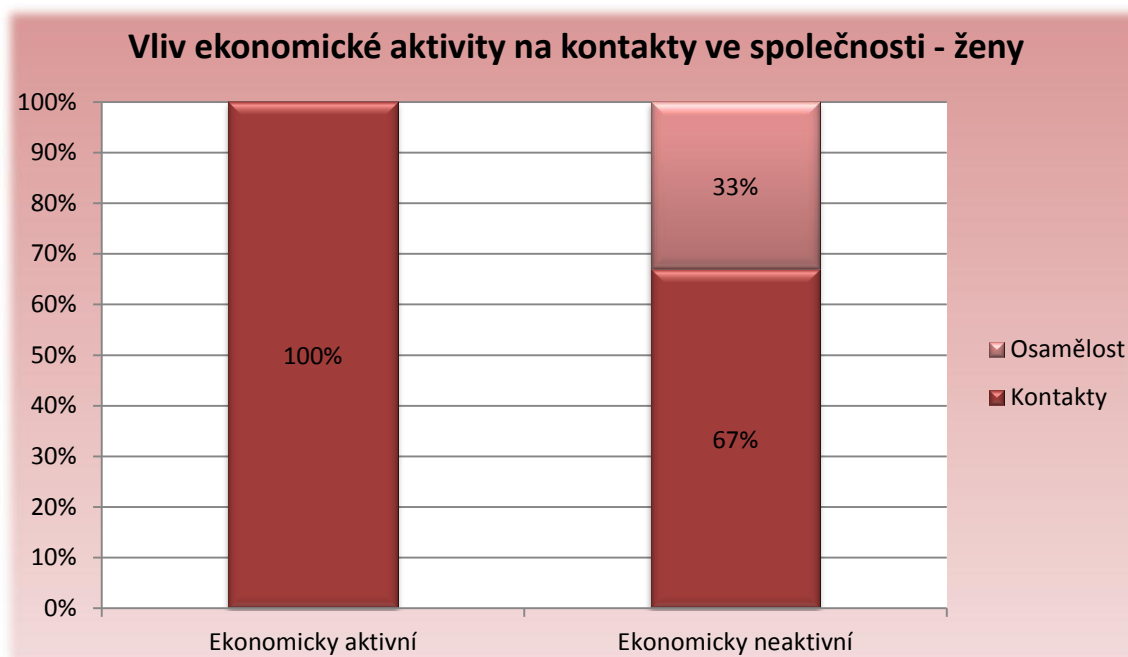
Z dotazníkových údajů vyplývá, že zdravotní omezení není faktorem sociálního vyloučení. Téměř polovina seniorů, mužů i žen, přes různá zdravotní omezení zůstává aktivní.

**Výzkumný předpoklad č. 4 se nepotvrdil.**

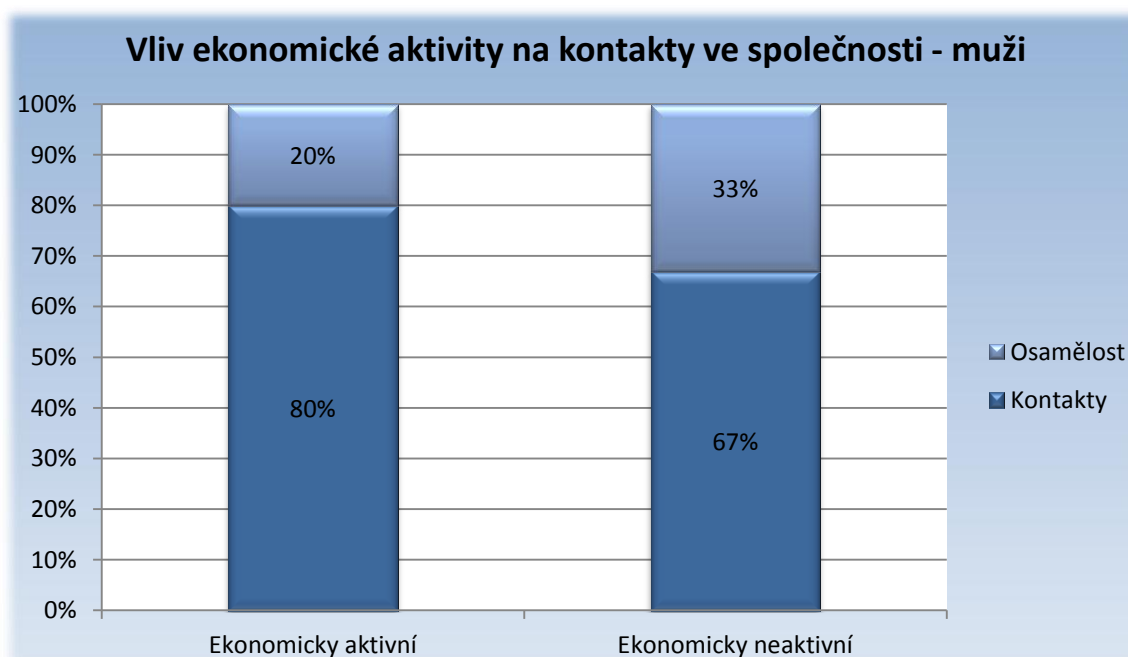
## Výzkumný předpoklad č. 5

Předpokládáme, že většina ekonomicky aktivních respondentů není ohrožena rizikem sociálního vyloučení a většina respondentů ekonomicky neaktivních je ohrožena rizikem sociálního vyloučení.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřována otázkou č. 13, 14, 17.



Graf č. 10: Ekonomická aktivita a kontakty – ženy.



Graf č. 11: Ekonomická aktivita a kontakty – muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 67 ekonomicky aktivních **žen** má kontakty s okolím 100%. Z celkového počtu 164 žen ekonomicky neaktivních má 67% kontakty s okolím a 33% se cítí osamělých, bez kontaktů. Počet osamělých žen tvoří téměř jednu třetinu z celkového počtu ekonomicky neaktivních žen. Z uvedeného vyplývá, že ekonomicky neaktivní žena je ohrožena rizikem sociálního vyloučení. Ekonomicky aktivní žena není ohrožena rizikem sociálního vyloučení.

**Výzkumný předpoklad č. 5 se potvrdil u žen.**

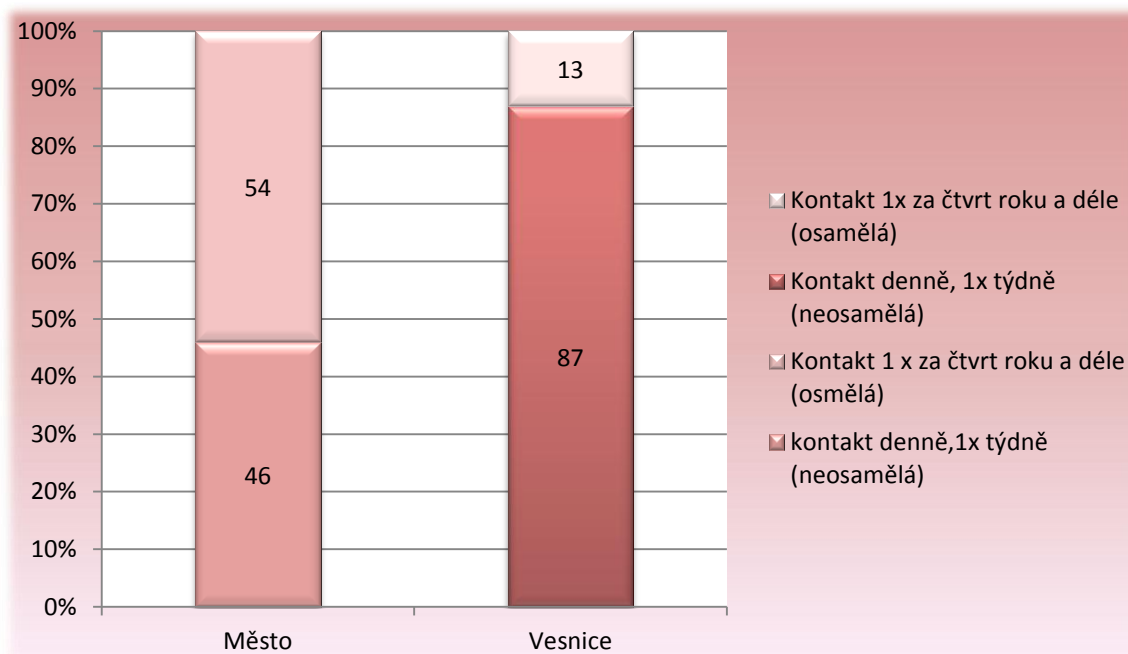
Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 102 ekonomicky aktivních **mužů** má kontakty s okolím 80%. Na rozdíl od žen 20% mužů ekonomicky aktivních se cítí osaměle. Z celkového počtu 78 mužů ekonomicky neaktivních má 67% kontakty s okolím a 33% se cítí osamělých, bez kontaktů. Z uvedeného vyplývá, že ekonomicky aktivním muž je ohrožen rizikem sociálního vyloučení. Ekonomicky neaktivní muž je ohrožený rizikem sociálního vyloučení stejně jako ekonomicky neaktivní senior.

**Výzkumný předpoklad č. 5 se nepotvrdil u mužů.**

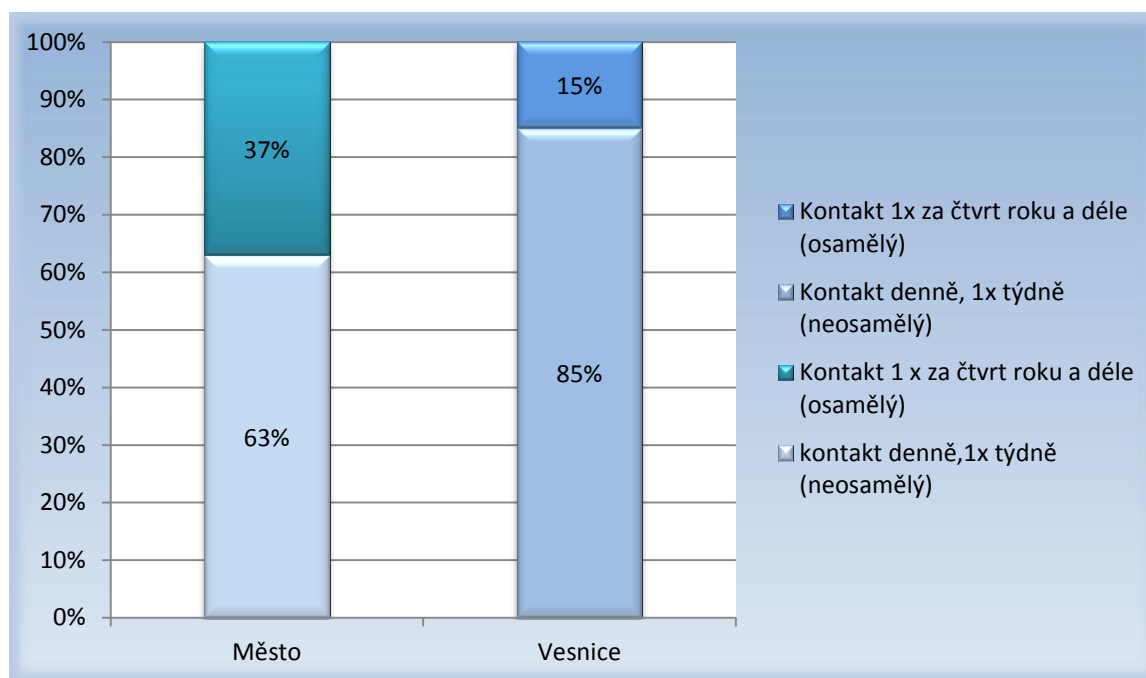
## Výzkumný předpoklad č. 6

Předpokládáme, že většina respondentů v častém kontaktu (denní, týdenní, měsíční) s rodinou není ohrožena hrozbou sociálního vyloučení. Bydliště nemá vliv.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřena otázkami č 1, 5, 10, 17.



Graf č. 12: Četnost kontaktů s rodinou – bydliště ženy.



Graf č. 13: Četnost kontaktů s rodinou – bydliště muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 137 **žen** žijících ve městě má denní, týdenní či měsíční kontakt s rodinou 46%. Nejsou ohroženy rizikem sociálního vyloučení. Kontakt s rodinou jednou za čtvrt roku a déle má 54% žen z města. Z celkového počtu 173 žen žijících na vesnici má denním týdenní či měsíční kontakt s rodinou 87% žen. Jednou za čtvrt roku a déle pouze 13% žen. Z uvedeného vyplývá, že ženy bydlící ve městě s kontaktem s rodinou jednou za čtvrt roku a déle jsou ohroženy rizikem sociálního vyloučení. Bydliště ženy a kontakty s rodinou souvisí s tímto rizikem.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 94 **mužů** žijících ve městě má denní, týdenní či měsíční kontakt s rodinou 63%. Kontakt s rodinou jednou za čtvrt roku a déle má 37% mužů z města. Z celkového počtu 86 mužů žijících na vesnici má denní, týdenní či měsíční kontakt s rodinou 85% mužů. Jednou za čtvrt roku a déle pouze 15% mužů. Z uvedeného vyplývá, že muži bydlící ve městě s kontaktem s rodinou jednou za čtvrt roku a déle jsou ohroženi rizikem sociálního vyloučení. Bydliště muže a kontakty s rodinou souvisí s tímto rizikem.

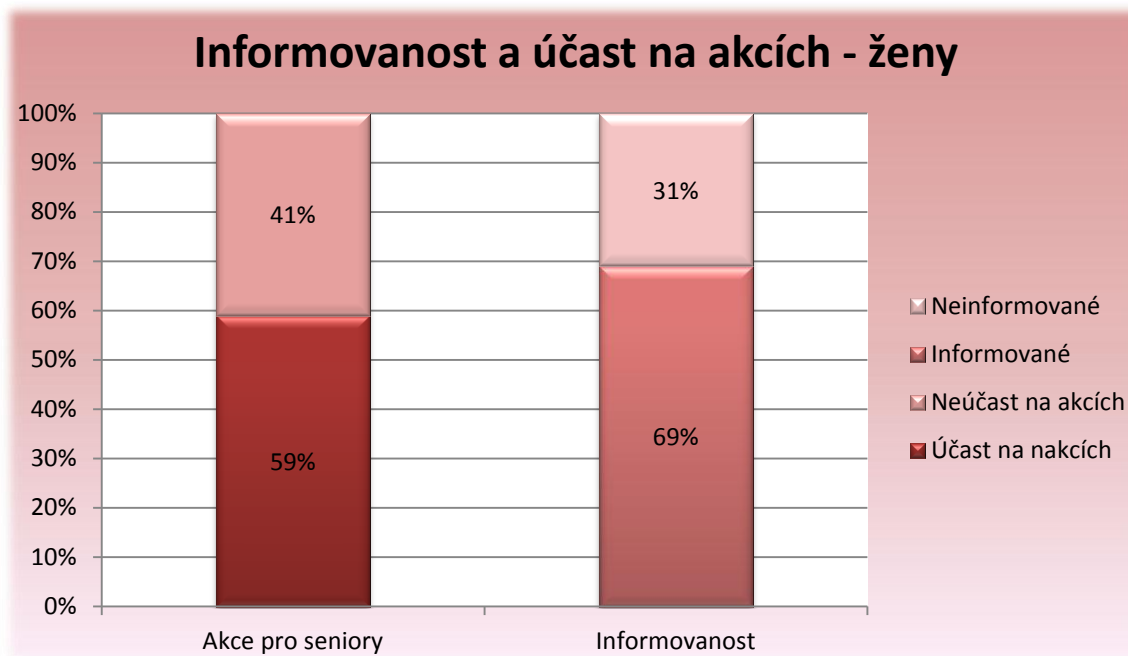
Jak u mužů, tak u žen souvisí bydliště a kontakty s rodinou. Senioři žijící ve městě a mající kontakty s rodinou jednou za čtvrt roku a déle jsou ohroženi rizikem sociálního vyloučení téměř dvakrát více, než senioři žijící na vesnici.

**Výzkumný předpoklad č. 6 se potvrdil.**

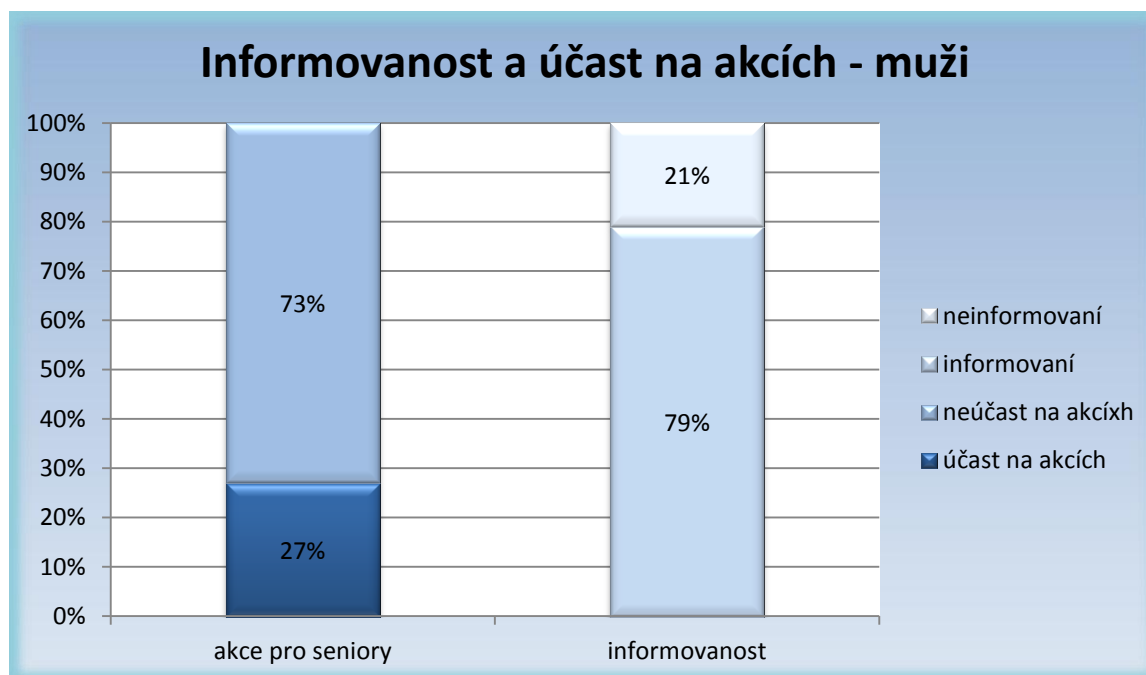
## Výzkumný předpoklad č. 7

Předpokládáme, že většina seniorů se neúčastní akcí pro ně pořádaných, neboť o nich není informována.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřována otázkami č 19, 20.



Graf č. 14: Akce – informovanost a účast – ženy.



Graf č. 15: Akce – informovanost a účast – muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 310 **žen** se 59% účastní akcí a 41% neúčastní. Informace o akcích má 69% žen, neinformovaných je 31% žen. Z uvedeného vyplývá, že více jak polovina počtu žen se účastní akcí a téměř tři čtvrtiny žen je o těchto akcích informováno. Ženy se účastní akcí pořádaných pro seniory, jsou informovány.

**Výzkumný předpoklad č. 7 se nepotvrdil.**

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 180 **mužů** se 27% účastní akcí a 73% neúčastní. Informace o akcích má 79% žen, neinformovaných je 21% mužů. Z uvedeného vyplývá, že pouhá třetina mužů se účastní akcí a tři čtvrtiny mužů je o těchto akcích informováno. Většina mužů se akcí nezúčastňuje. Jsou o nich informováni.

Účast žen na akcích je o něco vyšší než u mužů. Informace o akcích mají tři čtvrtiny seniorů.

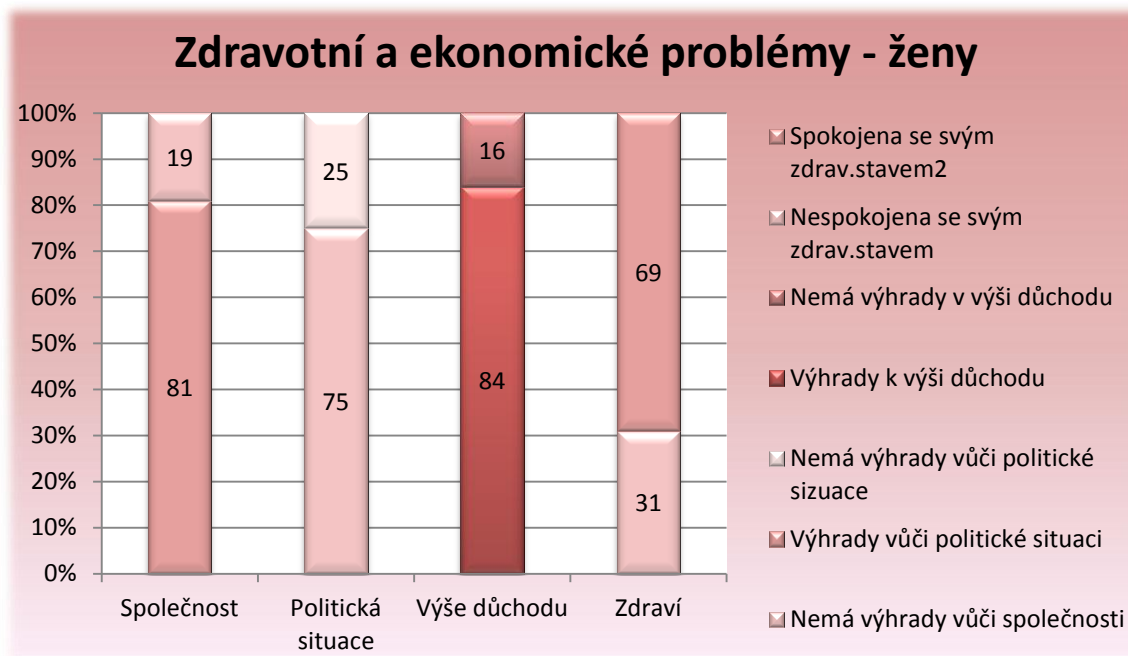
**Výzkumný předpoklad č. 7 se nepotvrdil.**



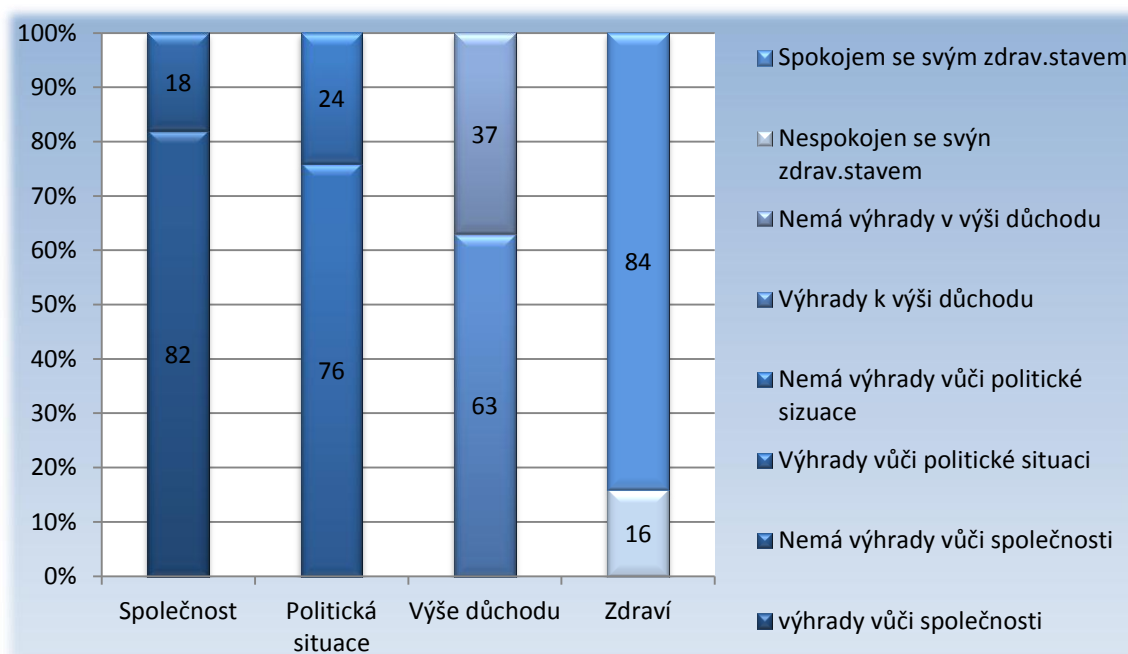
## Výzkumný předpoklad č. 8

Předpokládáme, že většina seniorů má zdravotní a ekonomické problémy, a jsou ohroženi možným sociálním vyloučením.

Platnost výzkumného předpokladu byla ověřována otázkami č 1,22.



Graf č. 16: Zdravotní a ekonomické problémy – ženy.



Graf č. 17: Zdravotní a ekonomické problémy – muži.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 310 **žen** je 81% nespokojených se společností, 79% žen má výhrady k politické situaci, 84% není spokojeno s výší svého důchodu a 69% má problémy se svým zdravotním stavem. Z uvedeného vyplývá, že více jak čtyři pětiny žen má finanční problémy a téměř tři čtvrtě žen z celkového počtu má problémy se svým zdravotním stavem. Finanční problémy a zdravotní stav žen jsou možnými rizikovými faktory sociálního vyloučení.

Z uvedených dotazníkových údajů vyplývá, že z celkového počtu 180 **mužů** je 82% nespokojených se společností, 76% mužů má výhrady k politické situaci, 63% není spokojeno s výší svého důchodu a 84% má problémy se svým zdravotním stavem. Z uvedeného vyplývá, že více jak polovina mužů má finanční problémy a téměř tři čtvrtě žen z celkového počtu má problémy se svým zdravotním stavem. Finanční problémy a zdravotní stav mužů jsou možnými rizikovými faktory sociálního vyloučení.

**Výzkumný předpoklad č. 8 se potvrdil.**

### **Interpretace výzkumných předpokladů**

Výzkum prokázal, že rizikovými faktory sociálního vyloučení seniorů v Přerovském regionu je vysoký věk a ubývání či absence aktivizačních činností. Dalším faktorem je bydliště. Seniori žijící ve městě jsou ohroženi možným sociálním vyloučením. Nejvíce ohrožujícím faktorem možného sociálního vyloučení se jeví špatná ekonomická situace seniorů. Výše důchodů nestačí na pokrytí životních potřeb. Výdaje na zdravotní péči nemohou pokrýt, dochází tak ke zhoršování jejich zdravotního stavu, což se prokázalo jako další možný rizikový faktor sociálního vyloučení. Kvalita života většiny seniorů se snižuje. Výzkum přinesl zajímavý poznatek. Přes velmi dobrou informovanost o aktivizačních akcích pro seniory se potvrdila neúčast, způsobená nezájmem samotných seniorů.

## C/ ROZHOVORY se zástupci organizací

Rozhovory jsou uvedeny v příloze č. 6

Organizace	TJ Sokol	Svaz letců ČR	Muzeum	Knihovna
Akce pro seniory	1 x týdně	1 x týdně	Ne	Denně
Spolupráce se seniory	Ano	Ano	Ano	Ano
Průměrný počet účastníků-seniorů	24 až 30	15 až 25	20 za měsíc	10 až 20 třikrát týdně
Zájem ze strany seniorů	Malý	Velký	Malý	Malý
Informovanost seniorů	Dobrá	Dobrá	Dobrá	Dobrá
Finanční omezení akcí	Ano	Ano	Ano	Ano

Tabulka č. 2 Kategorie - organizace

### Interpretace výsledků:

Oslovené organizace pravidelně pořádají akce pro seniory. V TJ Sokol to je pravidelné cvičení. Svaz letců pořádá kulturní, sportovní a společenské akce, v knihovně jsou pořádány besedy, přednášky a nejnověji zde je možnost virtuálního studia U3V. Muzeum nemá samostatné akce pro seniory. Všechny uvedené organizace spolupracují se seniory, mají-li zájem. Průměrný počet seniorů, účastnících se akcí je poměrně malý. Noví senioři přichází velmi zřídka, většinou se jedná o stálé zájemce. TJ Sokol, Muzeum i knihovny registrují malý zájem seniorů o nabízené aktivity. Jedině Svaz letců má zájem ze strany seniorů. Je to dáno specifíčností této organizace. Informovanost o akcích je na dobré úrovni. Upozornění a pozvání k účasti jsou v regionálních novinách i televizi. Vyvěšují se letáky a informace lze získat také na internetu. V současné době je provoz všech těchto organizací ovlivněn nedostatečnými financemi.

## 4.4 Výzkumné závěry

Hlavním cílem výzkumu byla charakteristika, zda aktivity seniorů Přerovského regionu, žijících ve svém přirozeném prostředí jsou dostatečné pro zachování kvality jejich života. Výzkumem objasnit možná rizika vedoucí k jejich sociálnímu vyloučení. Výzkum byl také zaměřen na zjištění rozdílů mezi muži a ženami.

Výsledky plynoucí z rozhovorů s osmi seniory potvrdily důležitost rodinných kontaktů a vztahů. Prokázaly zájem seniorů příležitostně pracovat. I u tak malého vzorku se prokázalo, že ženy žijí častěji samy, většinou z důvodu úmrtí partnera. U mužů vyplynulo vyšší dosažené vzdělání než u žen, a projevil se oproti ženám jejich lepší zdravotní stav. V malém vzorku se rozdíly mezi seniorem žijícím ve městě a na vesnici neprojevíly. Potvrdila se nespokojenost seniorů s nefungujícím ekonomický systémem dnešní společnosti a jejich finanční potíže.

Vyhodnocením dotazníkového šetření byl prokázán rozdíl mezi muži a ženami především v rodinném stavu, kde počet vdov zcela zřetelně převýšil počet vdovců. Ve výši dosaženého vysokoškolského nebo středoškolského vzdělání muži výrazně převýšili ženy. Markantní rozdíl se projevil ve vysokém počtu mužů, kteří jsou členy různých organizací a spolků. Ženy se více účastní akcí pro seniory.

U všech respondentů se projevila výrazná závislost na věku a aktivitách. Prokázalo se ubývání aktivit a kontaktů se zvyšujícím se věkem. Tento jev je možným rizikem vedoucím k sociálnímu vyloučení. U respondentů se projevil výrazný rozdíl, vyplývající z jejich bydliště. Respondenti žijící ve městě trpí mnohem více osamělostí a malými kontakty, než respondenti žijící na vesnici. Lze tvrdit, že senioři v anonymitě velkoměsta jsou ohroženi více rizikem jejich sociálního vyloučení, než senioři žijící na vesnici. Potvrdilo se, že ekonomicky aktivní respondenti jsou mnohem více zapojeni do společenských aktivit, Udržují více kontaktů s přáteli a známými. Prokázalo se, že omezení zdravotního stavu respondentů nemá vliv na jejich aktivity. Dochází pouze k redukci přiměřenosti různých aktivizačních činností. Bylo dokázáno, že častá četnost kontaktů respondentů s rodinou je vyšší na vesnici než ve městě. Velmi zajímavým zjištěním se ukázal fakt, že neúčast respondentů na aktivizačních akcích, ať se týkají společenské, kulturní či vzdělávací oblasti není způsobena malou informovaností o nich, nýbrž nezájmem respondentů účastnit se jich. Byla zjištěna informovanost médií, tiskem, rodinou a známými. Byla prokázána nespokojenost většiny respondentů se současnou společností, především z ekonomického hlediska. Respondenti se dostávají do finančních potíží, které nejsou schopni řešit. Potvrdilo se, že finanční situace a zdravotní stav respondentů je možným faktorem jejich sociálního vyloučení.

Na základě rozhovorů se zástupci a pracovníky organizací, kteří vytváří aktivizační činnosti pro seniory lze konstatovat, že důvod neúčasti seniorů na akcích je způsoben jak špatnou ekonomickou situací v současné společnosti, tak malým zájmem ze strany samotných seniorů. Ukázalo se, že všechny organizace mají finanční problémy, způsobené neustálým snižováním jednotlivých nákladů na jejich provoz či ubýváním členů ochotných platit příspěvky. Zajímavým zjištěním byl fakt, že zástupci a pracovníci organizací, kteří poskytovali informace, si přáli zůstat v anonymitě z obavy možných sankcí od nadřízených.

Doporučení na základě tohoto výzkumu je jednoznačné. Společnost musí věnovat pozornost seniorům nejen tím, že pro ně bude vytvářet programy. Musí především průběžně vyhodnocovat a zjišťovat úspěšnost nyní realizovaných programů. Podporovat dobrovolnictví mezi samotnými seniory a v neposlední řadě rozvíjet mezigenerační dialog mezi dětmi, mládeží a seniory. Zlepšit jejich ekonomickou situaci a umožnit jim zvýšení životní úrovně a s tím spojenou kvalitu života.

## ZÁVĚR

Nutnost věnovat se problematice seniorů je zcela zřejmá. Mnozí se ocitají v nepříznivých životních situacích, které ovlivňují kvalitu jejich života. Jejich špatná ekonomická situace v kombinaci s „tvrdou“ politikou tohoto státu nejen že může, ale již je možným faktorem sociálního vyloučení.

Hlavní i dílčí cíle práce byly naplněny. Na základě výzkumu se prokázalo, že aktivizační činnosti seniorů Přerovského regionu, žijících ve svém přirozeném prostředí jsou dostatečné pro zachování přiměřené kvality jejich života. Byla zmapována možná rizika jejich sociálního vyloučení. Překvapivým zjištěním byl nezájem ze strany samotných seniorů o akce pro ně pořádané, ačkoliv informovanost o nich je na dobré úrovni. Dalším výzkumem by bylo vhodné zjistit příčiny tohoto stavu.

V současné době není lehké být seniorem. Ekonomická krize společnosti, ztráta etického a morálního jednání a chování celé společnosti. Slušnost, poctivost, ochota a vstřícnost jsou slova, jejichž význam se pomalu vytrácí. O to více je slyšet dravost, mládí, kapitál, skvělý život. A senioři? Copak je to za divnou rasu? Stereotypy a předsudky. Stárnutí a stáří není vhodné téma. To je ovšem velký omyl. Demografické údaje jasně ukazují na fakt neustále se zvyšujícího počtu stárnoucí populace. Nehledě na to, že každý jednou zestárne. Dnešní senioři si zaslouží úctu a uznání celé společnosti, Vždyť pracovali po celý svůj život. Je smutným faktem, jak je oceňuje dnešní společnost. Minimální zvyšování důchodů, maximální zvyšování výdajů prakticky za cokoli. Nikdo nezohledňuje jejich celoživotní příspěvky do ekonomického systému. Bohužel, doba je taková, jaká je.

Naštěstí všechno se dá, i kdyby pomalu, změnit. Ovšem ke změnám je opravu nejvyšší čas. Je potřebné vymýtit stereotypy o starých lidech. Změnit pohled mladé generace, dát prostor mezigeneračnímu dialogu. Prezentovat seniory v médiích z pohledu aktivních, sebevědomých občanů, nikoliv jako občany neschopné se o sebe postarat, nemocné a potřebující péči druhých. Vytvořit jim prostor a možnosti k jejich seberealizaci a kvalitnímu prožití života. Zapojit je do společenského dění v komunitách a celé společnosti. Máme mezi sebou vitální a schopné seniory. Jen je potřeba se pozorně dívat a rozumět. Nebát se pomoci staršímu člověku, pokud pomoc potřebuje. Usmát se na něho. Úsměv přece nic nestojí, zato krásně zahřeje. Na obou stranách. Jsme rovnocenní lidé. Pro současnost a především pro budoucnost je důležité naučit se žít spolu, nikoli pouze vedle sebe.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

- ČEVELA, R., Z. KALVACH a L. ČELEDOVÁ. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012, 263 s. ISBN 978-80-247-3901-4.
- DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012. 12 s. ISBN 978-80-247-4138-3.
- GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Vyd. 1. Brno: Paido 2000, 207 s. ISBN 80-85931-79-6.
- HAMILTON, Ian-Stuart. „*Key ideas in psychology*“. Jessica Kingsley: 1999. ISBN 1853023590 pp 336.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 1., Praha: Panorama, 1990. 407 s. ISBN 80-7038-158-2.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.
- HANZELKOVÁ, Alena et al. *Business strategie: krok za krokem*. Vyd. 1. V Praze: C. H. Beck, 2013. 159 s. ISBN 978-80-7400-455-1.
- HROZENSKÁ Martina a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ, *Sociální péče o seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada publishing a.s. 2013. 191 s. ISBN 978-80-247-4139-0.
- HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006, 407 s. ISBN 80-7367-040-2.
- CHRÁSTKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu Základy kvantitativního výzkumu*. Vyd. 1., Praha: Grada Publishing 2007, 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.
- HEWSTONE, Miles, ed. a STROEBE, Wolfgang, ed. *Sociální psychologie: moderní učebnice sociální psychologie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. 769 s. ISBN 80-7367-092-5.
- JANĎOUREK, Jan. *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Vyd. 1. Praha: Grada. 2012. 258 s. ISBN 978-80-247-3679-2.
- KALVACH, Zdeněk a Alice ONDERKOVÁ. *Stáří: pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén, 2006. 44 s. ISBN 80-7262-455-5.
- KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. 202 s. ISBN 978-80-247-2169-9.
- KOTÝNKOVÁ, Magdalena a Anna ČERVENKOVÁ. *Začlenění seniorů v sociální struktuře soudobé společnosti*. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2001. 31, iii s. ISBN 80-238-7234-6.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemoci*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2002. 198 s. ISBN 80-247-0179-0.

- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie, Možnosti, které nás čekají*. Vyd. 1. Praha Grada 2011. 141 s. ISBN 978-80-247-3604-4.
- Kvalita života ve stáří: národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*. Vyd. 1. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2008. 55 s. ISBN 978-80-86878-65-2.
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. Vyd. 2. Praha: Grada, 2006. 368 s. IBN 80-247-1284-9.
- MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. 328 s. ISBN 978-80-247-3148-3.
- MAREŠ, Milan. *Sociální opora u dětí a dospívajících I*, Vyd. 1. Hradec Králové: Nukleus, 2001. 151 s. ISBN 80-86225-19-4.
- MAREŠ, Milan. *Sociální opora u dětí a dospívajících II*, Vyd. 1. Hradec Králové: Nukleus, 2002., 188 s. ISBN 80-86225-36-4.
- MAREŠ, Petr. *Faktory sociálního vyloučení*. Vyd. 1. Praha: Výzkumný ústav práce a sociálních věcí, 2006, 41 s. ISBN 80-87007-15-8.
- MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Vyd.1. Praha: Portál 2003, 287 s. ISBN 80-7178-549-0.
- MINIBERGOVÁ, Lenka a Jaroslav DUŠEK. *Vybrané kapitoly z psychologie a medicíny pro zdravotníky pracující se seniory*, Brno: NCO NZO, 2006. 67 s. ISBN 80-7013-436-4.
- MLÝNKOVÁ, Jana. *Péče o staré občany*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing a.s., 2011. 192 s. ISBN 978-80-247-3872-
- NEŠPOROVÁ, O., K. SVOBODOVÁ a L. VIDOVIČOVÁ. *Zajištění potřeb seniorů s důrazem na roli nestátního sektoru*. Vyd. 1. Praha: VÚPSV, 2008. 85 s. ISBN 978-80-87007-96-9.
- PACOVSKÝ, Václav. *O stárnutí a stáří*, Vyd. 1. Praha: Avicenum, 1990. 135 s. ISBN 80-201-0076-8.
- PACOVSKÝ, Václav. *Proti věku není léku? Úvahy o stárnutí a stáří*, Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1997. 124 s. ISBN 80-7184-486-1.
- PAYNE, Jan a kol. *Kvalita života a zdraví*. Vyd. 1. V Praze: Triton, 2005. 629 s. ISBN 80-7254-657-0.
- PAVLÍK, Zdeněk et al. *Populační vývoj České republiky 1990-2002*. Vyd. 1. Praha: DemoArt pro Přírodovědeckou fakultu Univerzity Karlovy v Praze, 2002. 98 s. ISBN 80-902686-8-4.
- POKORNÁ, Andrea. *Komunikace se seniory*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010. 158 s. ISBN 978-80-247-3271-8.



*Postavení a diskriminace seniorů v České republice: sborník z mezinárodní konference, kterou uspořádalo Ministerstvo práce a sociálních věcí ve spolupráci s Českou geriatrickou a gerontologickou společností v rámci XI. Celostátního gerontologického kongresu: v Hradci Králové dne 25. listopadu 2005.* Vyd. 1. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky, 2006. 139 s. ISBN 80-86878-52-X.

SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů.* Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. 225 s. ISBN 978-80-247-3850-5.

ŠÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří: Kapitoly z gerontopsychologie,* Vyd. 1. Praha: Slon, 2007. 85 s. ISBN 978-80-86429-62-5.

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

ŠTILEC, Miloslav. *Program aktivního stylu života pro seniory,* Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. 136 s. SBN 80-7178-920-8.

ŠVANCARA, Josef. *Psychologie stárnutí a stáří.* Vyd. 2, přeprac. vyd.. Praha: SPN 1983.111 s.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem.* Vyd. 1. Praha: Grada, 2004.390 s. ISBN 80-7178-829-5.

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří.* Vyd. 1. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002. 45 s. ISBN 80-238-9506-0.

TVAROH, František. *Všichni stárneme.* Vyd. 2. Praha: Avicenum, 1983. 248 s. Rodinný kruh.

VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Problematické situace v péči o seniory.* Vyd. 1 Praha: Grada Publishing. a.s. 2007. 96 s. ISBN 978-80-247-2170-5.

VESELÁ, Jitka. *Sociální služby poskytované seniorům v domácnosti.* Praha: VÚPSV, 2003. 50 s. ISBN 80-239-1353-0.

VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra.* Praha: VÚPSV Výzkumné centrum Brno, 2004. 90. ix s. ISBN 80-239-4218-2.

ZADRAŽILOVÁ, Dana a kol. *Společenská odpovědnost podniků: transparentnost a etika podnikání.* Vyd. 1. V Praze: C. H. Beck, 2010. Beckova edice ekonomie. 167 s. ISBN 978-80-7400-192-5.

## Legislativa

ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14 března 2006 o sociálních službách. In: *Sbírka zákonů České republik.*, 2006, částka 39, s. 22-24. Dostupný také z:

[http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108\\_2006\\_Sb.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/7372/108_2006_Sb.pdf).

## Internetové zdroje

<http://www.czso.cz/> [online] [cit. 2013-02-21]

<http://www.novinky.cz/domaci/280808-vek-kdy-je-clovek-uz-stary-oficialne-neexistuje-experti-mluvi-o-75-letech.html> [online] [cit. 2013-02-21]

<http://www.czso.cz/> [online] [cit. 2013-02-21]

<http://www.gerontologie.cz/showdoc.do?docid=25> gerontologie – informační servis pro seniory [online] [cit. 2013-01-25]

<http://www.penzista.net/zdravi/choroby-starnuti/556-jake-nemoci-nejvice-souvisi-s-postupujicim-vkem> [online] [cit. 2013-26-02]

<http://www.penzista.net/zdravi/choroby-starnuti/556-jake-nemoci-nejvice-souvisi-s-postupujicim-vkem> [online] [cit.]

<http://www.mpsv.cz/cs/1111> [online] [cit. 2013-01-27]

<http://www.helcom.cz/view.php?cisloclanku=2005040109> [online] [cit. 2013-01-27]

[http://www.mpsv.cz/files/clanky/13099/Teze\\_NS.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/13099/Teze_NS.pdf) [online] [cit. 2013-02-22.]

[http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III\\_vlada\\_Akcni\\_plan\\_staruti\\_.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada_Akcni_plan_staruti_.pdf) [online] [cit. 2013-03-14]

<http://www.e-senior.cz/www/> [online] [cit. 2013-03-14]

<http://www.veselysenior.cz/> [online] [cit. 2013-02-21]

<http://www.zivot90.cz/105-o-nas/148-poslani> [online] [cit. 2013-02-21]

[http://www.csas.cz/banka/appmanager/portal/nadace?nfpb=true&pageLabel=nadace\\_doc&docid=internet/cs/sc\\_7197.xml](http://www.csas.cz/banka/appmanager/portal/nadace?nfpb=true&pageLabel=nadace_doc&docid=internet/cs/sc_7197.xml) [online] [cit. 2013-02-21]

<http://www.elpida.cz/page.php?page=4> [online] [cit. 2013-02-21]

[http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III\\_vlada\\_Akcni\\_plan\\_staruti\\_.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada_Akcni_plan_staruti_.pdf) [online] [cit. 2013-03-14]

## SEZNAM PŘÍLOH

- PŘÍLOHA č. 1: SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ
- PŘÍLOHA č. 2: PŘEPIS ROZHOVORŮ
- PŘÍLOHA č. 3: DOTAZNÍK
- PŘÍLOHA č. 4: GRAFY A TABULKY K DOTAZNÍKU
- PŘÍLOHA č. 5: TABULKY K VÝZKUMU
- PŘÍLOHA č. 6: ROZHOVORY - ZÁSTUPCI ORGANIZACÍ

Příloha č. 1

## **SEZNAM OBRÁZKŮ**

Obrázek č. 1 Stáří

Obrázek č. 2 Psychické změny seniorů

Obrázek č. 3 Fyzické změny seniorů

Obrázek č. 4 Hlavní myšlenky zásad OSN pro seniory

Obrázek č. 5 Faktory ovlivňující sociální změny seniorů

Obrázek č. 6 Charakteristika soužití generací

Obrázek č. 7 Priority Národního akčního plánu podporujícího pozitivní stárnutí pro období let 2013 – 2017

Obrázek č. 8 Bromleyho kategorie adjustace

Obrázek č. 9 Vybrané nadace, sdružení a fondy pro seniory

## **SEZNAM TABULEK**

Tabulka č. 1 Organizace výzkumu

Tabulka č. 2 Kategorie – seniorky

Tabulka č. 3 Kategorie – senioři

Tabulka č. 4 Kategorie - organizace

## **SEZNAM GRAFŮ**

Graf č. 1 Počet respondentů dle pohlaví a věku

Graf č. 2 Závislost věku na aktivity – ženy

Graf č. 3 Závislost věku na aktivity – muži

Graf č. 4 Bydliště – kontakty, ženy

Graf č. 5 Bydliště – kontakty, muži

Graf č. 6 Závislost vzdělání – aktivity, ženy

Graf č. 7 Závislost vzdělání – aktivity, muži

Graf č. 8 Vliv zdravotního omezení na aktivitu – ženy

Graf č. 9 Vliv zdravotního omezení na aktivitu – muži

Graf č. 10 Ekonomická aktivita a kontakty – ženy

Graf č. 11 Ekonomická aktivita a kontakty – muži

Graf č. 12 Četnost kontaktů s rodinou – bydliště ženy

Graf č. 13 Četnost kontaktů s rodinou – bydliště muži

Graf č. 14 Akce – informovanost a účast, ženy

Graf č. 15 Akce – informovanost a účast, muži

Graf č. 16 Zdravotní a ekonomické problémy – ženy

Graf č. 17 Zdravotní a ekonomické problémy - muži

## PŘEPIS ROZHOVORŮ

### Rozhovor č. 1 - Paní J.

#### Otázka č. 1

Kolik je Vám let?

*„Už šedesát tři!“*

#### Otázka č. 2

Jste vdaná?

*„No jo, letos oslavíme 45 let, to to letí, že?“*

#### Otázka č. 3

Jaké máte vzdělání?

*„Já su vyučená prodavačka. Bavilo mě to a ráda jsem se bavila s lidima. To jsem se vám dozvěděla věci. Smutných i veselých.“*

#### Otázka č. 4

Víte, kolik obyvatel má vaše město?

*„Přesně ne, ale kolem čtyřiceti tisíc, myslím.“*

#### Otázka č. 5

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„Moc často ne. Jen špatně slyším, mám naslouchátko, vidíte? Beru taky prášky na tlak.“*

#### Otázka č. 6

Jak zvládáte úklid, pomáhá Vám někdo třeba s mytím oken?

*„Úklid zvládáme s manželem bez problémů. Jen je trochu líný a musím mu říkat i několikrát, než třeba vynese smetí.“*

#### Otázka č. 7

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*„No vůbec. Jen mi to trvá ráno trochu dýl. Víte, do práce se ještě trochu maluju. Ale už jen málo.“*

#### Otázka č. 8

Máte moc pěkný dům, jak je velký?

*„Naše je jenom polovina. Patro má původní majitel, i zahradu máme napůl. Ale stačí to. Kuchyň, obývací a dva pokoje. Jo a komora na krámy.“*

### **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„Manžel má ještě bratra, k tomu občas jezdíme na návštěvu. Mně už rodiče zemřeli i bratr. Máme tři děcka, ale víte, synové bydlí v Plzni a dcera se vdala do Německa. No, snažíme se je navštěvovat, nebo oni nás. Moc často to ale není. Na vánoce, no a vnoučata jezdí, vlastně už i pravnoučata na prázdniny. Tak na týden.“*

### **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„Když je potřeba, tak ano, Ale víc pomáháme my mladým.“*

### **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarádky, známé?

*„Spoustu. Ještě ze staré práce a od manžela z práce. Podnikáme různé akce, na zahradě grilujeme, vínečko, zazpíváme si. V zimě jezdíme na běžky. Je to fajn. Ale už mě to trochu zmáhá. Hlavně ty běžky. Jinak výlety jsou fajn, to bereme i vnoučata.“*

### **Otázka č. 12**

Berete důchod?

*„Ještě né, z obchodu mě vyhodily v pětapadesáti letech, prý nejsou tržby a mám jít do předčasného důchodu. To jsem nechtěla a našla jsem si práci jako uklízečka. Práce jako práce a člověk peníze potřebuje. Sice na mě některé koukají, jako že beru práci mladým, ale kdyby tam chtěli jít, tak by mi snad řekli, ať už jdu do důchodu, ne? Víte, ostatní se se mnou v práci moc nebaví. Ale co, dělám si svoje a hledím si svého. Udělám a jdu domů.“*

### **Otázka č. 13**

Měla byste zájem brát důchod a ještě si přivydělat?

*„No určitě, ale jak už máte důchod, tak vás nikdo nezaměstná. Kamarádky shání různé brigády a nic. Nebo moc špatně placené.“*

### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

*„Ne.“*

### **Otázka č. 15**

U Vás ve městě funguje pečovatelská služba. Myslíte, že byste ji mohla v budoucnu využívat?

*„No proč ne. Myslím, že to je dobrá věc, když už člověk všechno nezvládá. Kdybych zůstala sama, aj do domova bych šla. Ale to bych se nejspíš musela přihlásit už teď. Nejsou místa, říkala Mirka.“*

### **Otázka č. 16**

Jste členkou nějakého spolku? Třeba zahrádkářů?

*„Nejsem nikde. Máme známé, s nimi podnikáme spoustu věcí.“*

### **Otázka č. 17**

Chodíte na procházky, zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše město?

*„Chodíme ještě i na ples, takový papučový bál, to vám je sranda. Občas do kina a taky si zaplavat. Na bazén i do přírody. To jezdíme na kolech. Dáme si pivečko a je fajn.“*

### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěla změnit?

*„Trápí mě tahle doba. Spousta lidí bez práce a za všechno se platí šílené peníze. Není žádná jistota, víte? Chtěla bych dál pracovat a chtěla bych, aby mě brali v práci jako normální ženskou a ne tu bábu, co už má být v důchodě. Chci si ještě užívat a mít na to peníze. To přece není nic špatného, ne? Tohle kdyby šlo změnit.“*

## **Rozhovor č. 2 – paní V.**

### **Otázka č. 1**

Kolik je Vám let?

*„Šedesát šest roků“*

### **Otázka č. 2**

Jste vdaná?

*„Jsem vdova. Manžel byl skoro o patnáct let starší, no zemřel před dvěma roky.“*

### **Otázka č. 3**

Jaké máte vzdělání?

*Mám maturitu na průmyslovce. Byla jsem jen vyučená nástrojařka, manžel mě donutil dodělat si školu. Pak jsem byla ráda, měla jsem lepší práci a víc peněz, ale nebylo to lehké. Učila jsem se při dvou dětech, práce, no bylo toho někdy moc. Moc.“*

### **Otázka č. 4**

Víte, kolik obyvatel má vaše město?

*„Myslím kolem 20 – ti tisíc. Nevím přesně, tak nějak to bude.“*

### **Otázka č. 5**

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„Bohužel, chodím hodně často. Mám cukrovku a velké problémy s páteří. Jednou za rok jezdím do lázní, občas jsem v nemocnici na kapačkách. A oči mi hodně slábnou.“*



### **Otázka č. 6**

Jak zvládáte úklid, pomáhá Vám někdo třeba s mytím oken?

*„Uklízet moc nemůžu, ty záda se brzy hlásí. Hanička, to je dcera, mi chodí jednou za týden, většinou o víkendu vygruntovat. Je moc hodná, já bych to už sama nezvládla.“*

### **Otázka č. 7**

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*„No, jak kdy. Když mě chytanou záda, je tu Hanička se mnou i několik dní. Pomůže mi do koupelny a tak. Jinak se o sebe postarám.“*

### **Otázka č. 8**

Máte moc pěkný byt, jak je velký?

*„Dva pokoje a kuchyňka, záchod, koupelna a chodba. Není to velké, tak akorát. Klidně bych brala i jednopokojový, no nechávám to klukovi od Haničky. Prý je to lepší, říkala. Taky ho za mě zaplatili, když se prodával, víte? Kde bych na to já vzala! Napíšu ho vnukovi, jo.“*

### **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„Pořád! Koupili mi i mobilní telefon, Hanička volá přes den i večer, nebo se rovnou zastaví. Vnuk studuje a taky mi volá. Tak jednou za týden – prý babi, přijedu na víkend, prosím, prosím, tu tvoji tvarohovou buchtu! Tak ji upeču a mám radost, jak mu chutná.“*

### **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„Pořád. Jsou moc hodní, nosí mi velký nákup, uklidí, co potřebuji, zařídí. Hanička se mnou chodí i po doktorech.“*

### **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarádky, známé?

*„Mám Julku a Ivanku. Známe se už od základky. Občas se navštívíme, dáme kafíčko a plkáme. Drbeme.“*

### **Otázka č. 12**

Určitě berete důchod, že?

*„Beru, beru. Není to nic moc. Ještě že mám Haničku, moc mi pomáhá. Nechce ani nákup zaplatit. Tak se snažím aspoň šetřit. Na narozeniny jim pak dám obálku s penězma.“*

### **Otázka č. 13**

Měla byste si zájem přivydělat?

*„To víte, že jo. Chvilku jsem montovala takové tužky, bylo za to moc málo peněz a zabralo mi to spoustu času, tak jsem toho nechala. Kdyby se něco namanulo, tak klidně. Vždyť ještě můžu.“*

#### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

*„Nepobírám“*

#### **Otázka č. 15**

U Vás ve městě funguje pečovatelská služba. Využíváte ji?

*„Ne, co potřebuji, mi obstará Hanička.“*

#### **Otázka č. 16**

Jste členkou nějakého spolku? Třeba zahrádkářů?

*„Ne, ne. Nejsem nikde. Vlastně jo, chodím si půjčovat knihy do knihovny. Občas tam jsem i na počítači. To je fajn.“*

#### **Otázka č. 17**

Chodíte na procházky, zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše město?

*„Na procházky chodím moc ráda. Kolem řeky je to moc pěkné. Jinak nikam nechodím. Nechce se mi.“*

#### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěla změnit?

*„Ta dnešní doba mě trápí. Není práce, málo peněz. Chtěla bych, abychom se měli všichni dobře. Mladí by si koupili auto a tak.“*

### **Rozhovor č. 3 – paní K.**

#### **Otázka č. 1**

Kolik je Vám let?

*„Už sedmdesát sedm, ale někdy se cítím o deset roků starší.“*

#### **Otázka č. 2**

Jste vdaná?

*„Manžel mi zemřel před deseti rukama, tož jsem vdova a od té doby sama.“*

#### **Otázka č. 3**

Jaké máte vzdělání?

*„Víte, dělala jsem takové to učiliště pro sekretářky bez maturity. Strašně jsem chtěla být v kanceláři a psát na stroji a dostat se z dědiny. Tož sa mi to povedlo. Celý život jsem dělala sekretářku kúsek ve městě. No a vzala sem si chlapca z dědiny a stejně tu nakonec skončila. A od toho psaní na stroji mám teď úplně bolavé klouby, ani jehlu pořádně neudržím.“*

#### **Otázka č. 4**

Víte, kolik obyvatel má vaše vesnice?

*„Jéžiši, no, myslím, tak 3 tisíce, ale mladí se stěhují do města, tak myslím aj míň.“*

### **Otázka č. 5**

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„No, k doktorce chodím asi jednou za tři měsíce na kontrolu cukru, jinak ne. Trápí mě ty klouby na rukách a občas mě bolí nohy, kolena. To si vezmu aji hůlku, aby se mi líp šlo, víte? No a už přes deset let mám tu cukrovku a píchám si dvakrát denně ten inzulín. Začaly se mi horšit oči, no nějak se to začíná všechno zhoršovat. I dýchání.“*

### **Otázka č. 6**

Jak zvládáte úklid, pomáhá Vám někdo třeba s mytím oken?

*„Jé, Vy jste dobrá! Koho bych otravovala! Zvládám to sama, v zimě aj sníh venku odmetu. Ještě pomůžu s úklidem aj dceři. Má barák jako hrom a chudera nestihá, Taky ju bolí ty záda.“*

### **Otázka č. 7**

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*„Tož vůbec. Všechno zatím ide. Pánbíček ňa má rád. Mám aj pračku od dcérky.“*

### **Otázka č. 8**

Máte moc pěkný byt, Jak je velký?

*„No děkuju, bydlí se mi tu moc pěkně. Nemusím topit, teplá voda teče. Mám dva pokoje, vidíte, tady ten mám i s kuchyňů, ten druhý, tam spávam. Pro mňa velké až až. Občas za mnú přijdú vnuci, ale jinak tu jsem pořád sama. Už sa těším na jaro na zahradu.“*

### **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„Tož to ano. Jedna dcerka bydlí ve městě, občas v sobotu přijedú. Vnuci jezdí víc, ale hlavně za mladýma od druhej dcérky. Ta bydlí tady. Má velký barák, no má to taky těžké, bydlí s rodičema toho svého, víte? Moc jim to neklape, radši tam ani nechodím.“*

### **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„Jó, jsou hodní. Nákup mi dovezú, aj k doktorovi, když potřebuju.“*

### **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarádky, známé?

*„No, hodně lidí znám, to jo. Venku se zastavíme na kus řeči, no, jak na dědině, víte? Měla jsem moc dobrú kamarádku, no před rokem umřela. Tož tak.“*

### **Otázka č. 12**

Určitě berete důchod, že?

*„Jo, jo, myslíte tu almužnu? Šak pánbíček to vidí a všechny potrestá. Celý život jsem pracovala, děcka vychovala a teď abych si všechno platila. Ještě že mám tu zahradu a aspoň něco si vypěstuju, víte? Mně stačí málo, nikam nechodím. Snažím sa šetřit nějakú korunu aspoň pro vnuky na narozeniny a tak.“*

### **Otázka č. 13**

Měla byste si zájem přivydělat?

*„Tož to ano. Dřív jsem chodila na brigádu na pole, ale dnes už berou jen mladé. Však není práce, však víte.“*

### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

*„Mám iba důchod“*

### **Otázka č. 15**

U Vás ve vesnici funguje pečovatelská služba. Využíváte ji?

*„No né, vím, že někteří si nechávají vozit jídlo, ale já si uvařím.“*

### **Otázka č. 16**

Jste členkou nějakého spolku? Třeba zahrádkářů?

*„To né, ani o ničem navím. Zahrádku mám svoju.“*

### **Otázka č. 17**

Chodíte na procházky, zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše obec?

*„Na procházky sa mi nechce, radši jsem na zahradě. A nikam nechodím, jsem už stará bába, co bych tam dělala? No, občas ňa mladí vyvezú na výlet. Do toho centra, no jak je moc těch obchodů, víte?“*

### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěla změnit?

*„No, trápí ňa, že su sama. Manžel pryč, kamarádka pryč a dcerky nemají čas. Víte, často sa mi zdáva, že je tu moj muž, peníze sů a život lehčí. Aby vnuci měli práci.“*

## **Rozhovor č. 4 – paní S.**

### **Otázka č. 1**

Kolik je Vám let?

*„Mám osmdesát osm roků.“*

## **Otázka č. 2**

Jste vdaná?

*„Už jsem 11 let vdova.“*

## **Otázka č. 3**

Jaké máte vzdělání?

*„Učila sem se švadlenou.“*

## **Otázka č. 4**

Víte, kolik obyvatel má vaše vesnice?

*„Nevím“*

## **Otázka č. 5**

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„Pan doktor chodí sem, tak jednou týdně.“*

## **Otázka č. 6**

Jak zvládáte úklid, pomáhá Vám někdo třeba s mytím oken?

*„Už nic neudělám. Bydlí tu vnučka s rodinou a starají se.“*

## **Otázka č. 7**

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*Všechno mi dělá problémy.*

## **Otázka č. 8**

Máte moc pěkný domek, jak je velký?

*Tři pokoje tady a nahoře dva. Kuchyň a dvůr.“*

## **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„Vnučka se stará. Božka, dcerka, už zemřela.“*

## **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„Moc mi pomáhá. Bez ní bych musela do toho ústavu a to nechci.“*

## **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarádky, známé?

*„Už né. Čekajů ňa tam nahoře.“*

## **Otázka č. 12**

Určitě berete důchod, že?

*„Hmmm, беру.“*

### **Otázka č. 13**

Měla byste si zájem přivydělat?

*„Vždyť jsem chromá, jenom už ležím,“*

### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

*„Vnučka bere na mňa peníze, že sa stará víte?“*

### **Otázka č. 15**

U Vás ve vesnici funguje pečovatelská služba. Využíváte ji?

*„To nevím.“*

### **Otázka č. 16**

Jste členkou nějakého spolku? Třeba zahrádkářů?

*„Chovala jsem králíky, aj na výstavy s nima chodila, aj v tom spolku byla. To už je dávno.“*

### **Otázka č. 17**

Chodíte na procházky, zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše obec?

*„Jen ležím. Mám tu televizu, vnučka mi někdy čte.“*

### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěla změnit?

*„Už bych chtěla tam nahoru.“*

## **Rozhovor č. 5 – pan R.**

### **Otázka č. 1**

Kolik je Vám let?

*„Osmdesát jedna, ale cítím se tak na šedesát.“*

### **Otázka č. 2**

Jste ženatý?

*„Nestrašte! Jsem šťastně rozvedený. Mám přítelkyni, člověku není pořád samotnému dobře.“*

### **Otázka č. 3**

Jaké máte vzdělání?

*„Dělal jsem gympl a potom vysokou školu. Mám titul inženýr.“*

### **Otázka č. 4**

Víte, kolik obyvatel má vaše město?

*„Kolem patnácti tisíc, myslím.“*

### **Otázka č. 5**

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„Chodím na pravidelné prohlídky, kromě brýlí na čtení jsem zdravý jako rybička.“ Nejspíš to mám v genech. Rodiče mi zemřeli, otec měl 94 roků a máti 98. “Máti neměla ani brýle.“*

### **Otázka č. 6**

Jak zvládáte úklid, pomáhá Vám někdo třeba s mytím oken?

*„Sám si vařím, sám si peru – však znáte, jak je to dál. Vážně, nemám problém. Peču si i chleba. Nechcete recept? Je moc dobrý!“*

### **Otázka č. 7**

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*„Kdepak, ani v nejmenším.“*

### **Otázka č. 8**

Máte moc pěknou garsonku, je vaše?

*„Jo, moje. Prodal jsem svůj byt, byl zbytečně velký. Tohle mi bohatě stačí.“*

### **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„No, abych řekl pravdu, moc ne. Občas si zavoláme. Ono po tom rozvodu kdysi, nějak jsem se s nima rozešel.“*

### **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„Nepomáhá.“*

### **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarády, kamarádky, známé?

*„Mám prima přítelkyni a spoustu sester a bratrů v sokole. Známych mám mraky.“*

### **Otázka č. 12**

Určitě berete důchod, že?

*„V mém věku už si ho snad zasloužím, ne? Jen škoda, že není aspoň dvakrát takový.“*

### **Otázka č. 13**

Měla byste si zájem přivydělat?

*„Já si ještě pořád přivydělávám. Dělam hlídače, nebo trhám jabka v sadu, teď mám v merku místo správce. Jen mě štve, že když někam napíšu, že mám zájem, tak mi prostě odpoví, co bych asi tak s mým rokem narození chtěl dělat. Ale vyvrál jsem na to. Chodím se představit osobně, a když mě vidí, padnou na zadek a většinou tu brigádu dostanu.“ Takže makám co to jde. Abych mohl dělat granda a věnovat se sportu a společenskému životu. Moc rád tancuju a chodím do společnosti.“*

#### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

*„Vůbec nic.“*

#### **Otázka č. 15**

U Vás ve městě funguje pečovatelská služba. Myslíte, že byste ji v budoucnu mohl využívat?

*„Proč ne. Určitě ano. Dokud se o sebe postarám, i když s pomocí, budu tady. Jinak už jsem v pořadí do domova pro seniory. Sám jsem si ho vybral a mám tam spoustu známých.“*

#### **Otázka č. 16**

Jste členem nějakého spolku?

*„Jsem v Sokole, jezdím aj na slety do Prahy. Je tam sranda, spousta žen a málo chlapů. Chodíme na plesy, na bazén a na turistické výšlapy. S kamarády z práce jezdím lyžovat i do Alp. Mám rád běžky, to se dá i tady, když je dost sněhu. Na kole jezdím 50 km denně. Do práce, z práce a jen tak pro radost.“*

#### **Otázka č. 17**

Zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše město?

*„No občas jo. Když holky řeknou, že je někde něco zajímavého. Různé besedy a tak. Na internetu si taky občas něco najdu. Studoval jsem i práva na univerzitě třetího věku, ale nechal jsem toho, neměl jsem čas jezdit do školy. To víte, život. Někoho potkáte, změníte priority.“*

#### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěla změnit?

*„Nejvíc mě trápí, kam spěje tahle společnost. Ti mladí a už i děcka, no to je hrůza. A staří jen pořád brečí, místo aby zvedli hlavy. Chtěl bych, aby tu byla opravdová demokracie.“*

### **Rozhovor č. 6 – pan P.**

#### **Otázka č. 1**

Kolik je Vám let?

*„V dubnu mi bude šedesát čtyři.“*

#### **Otázka č. 2**

Jste ženatý?

*„Šťastně podruhé, už to je přes třicet let.“*

#### **Otázka č. 3**

Jaké máte vzdělání?

*„Jsem elektro inženýr. Vystudoval jsem techniku v Brně. To byly časy!“*



#### **Otázka č. 4**

Víte, kolik obyvatel má vaše město?

*„To vím. Necelých čtyřicet pět tisíc. To ten internet, tam je všechno.“*

#### **Otázka č. 5**

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„Chodím na pravidelné kontroly a zatím všechno dobré. Dokonce mám jen dvě plomby.“*

#### **Otázka č. 6**

Jak zvládáte úklid, pomáháte manželce třeba s mytím oken?

*„Uklidím líp než žena. Taky jsem důchodce a ona chuděra pořád pracuje. Tak dělám já. I vařím.“*

#### **Otázka č. 7**

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*„Si děláte srandu, ne? Švihák lázeňský!“*

#### **Otázka č. 8**

Máte moc pěkný byt, Jak je velký?

*„Třípokoják. Klasika panelák. Jsme tu spokojení. Aspoň mají vnučata kde spát, když přijedou.“*

#### **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„Úplně se všema. Mám rád, když se všichni sejdeme a je veselo.“*

#### **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„No, spíš já pomáhám rodině. I širší.“*

#### **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarády, kamarádky, známé?

*„Jsem družný člověk, mám rád společnost. Znáám spousty lidí, kamarádů spoustu, opravdového přítele jednoho.“*

#### **Otázka č. 12**

Určitě berete důchod, že?

*„Jasně, svoje už jsem si odpracoval, myslím v minulosti.“*

#### **Otázka č. 13**

Měla byste si zájem přivydělat?

*„Já pořád pracuji. Dělán jedné firmě poradce. To víte, někdo ty mladé musí něco naučit. Ale dělám to jako melouch.“*

#### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

„Ne.“

#### **Otázka č. 15**

U Vás ve městě funguje pečovatelská služba. Myslíte si, že byste ji někdy v budoucnosti mohli využívat?

„To se ví, proč ne. Ale myslím si, že se o nás děcka postarají.“

#### **Otázka č. 16**

Jste členem nějakého spolku? Třeba zahrádkářů?

„Nikdy jsem nebyl členem ničeho.“

#### **Otázka č. 17**

Chodíte na procházky, zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše město?

„No, žena mě občas ven vytáhne. Žádných akcí se neúčastníme, stačí nám rodina. Vždyť je nás jak psů! Každý měsíc nějaká oslava!“

#### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěl změnit?

„Tahle z..... doba. Samý zloděj, každý hrabe pro sebe a kde jsou obyčejný lidi? Já bych to řekl, jsou v pr... Udělal bych defenestraci“

### **Rozhovor č. 7 – pan J.**

#### **Otázka č. 1**

Kolik je Vám let?

„Na podzim mi bude sedumdesát dva“

#### **Otázka č. 2**

Jste ženatý?

„To sem.“

#### **Otázka č. 3**

Jaké máte vzdělání?

„Mám zemědělské učiliště, jezdil jsem s traktorem v družstvu.“

#### **Otázka č. 4**

Víte, kolik obyvatel má vaše vesnice?

„Nóó, ke dvou tisícům, myslím.“

### **Otázka č. 5**

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„Nóó, záda jsou v háji, ty plotýnky a klouby v kolenách. Nóó, moc často nechodím, tak za půl roku jednou.“*

### **Otázka č. 6**

Jak zvládáte úklid, pomáhá Vám někdo třeba s mytím oken?

*„Uklízí žena a snacha.“*

### **Otázka č. 7**

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*„Su v pohodě.“*

### **Otázka č. 8**

Máte moc pěkný dům, jak je velký?

*„Nóó, přízemí a patro. Nahoře bydlí syn s tou jeho a děčkama, dole my.“*

### **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„Pořád.“*

### **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„Ještě aby ne. Pomáháme si navzájem.“*

### **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarády/ky, známé?

*„Narodil sem se tu, znám skoro celou dědinu. V hospodě se scházíme na mariášek.“*

### **Otázka č. 12**

Určitě berete důchod, že?

*„Jo, jo.“*

### **Otázka č. 13**

Měla byste si zájem přivydělat?

*„Ani né, pomáhám v lese. Jsem myslivec, tak při tom.“*

### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

*„Nic.“*

### **Otázka č. 15**

U Vás ve vesnici funguje pečovatelská služba. Využíváte ji?

*„Cože tu funguje? Nóó, to neznám.“*

### **Otázka č. 16**

Jste členem nějakého spolku? Třeba zahrádkářů?

*„Su u myslivců.“*

### **Otázka č. 17**

Chodíte na procházky, zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše obec?

*„Chodím na lovy, tam se projdu až, až. A do hospody. A s mojů na kácení máje.“*

### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěl změnit?

*„Ty zlodějny okolo a taky zvířata v lese. Všechno je to nějak divně, co dřív šlo, už nejde. Chybí peníze i dobrá vůle. Změnil bych lidi, aby mysleli víc na zvířata.“*

## **Rozhovor č. 8 – pan M.**

### **Otázka č. 1**

Kolik je Vám let?

*„Šedesát devět.“*

### **Otázka č. 2**

Jste ženatý?

*„Su“*

### **Otázka č. 3**

Jaké máte vzdělání?

*„Vyučené soustružník, ale jezdil jsem 32 roků jako šofér autobusu.“*

### **Otázka č. 4**

Víte, kolik obyvatel má vaše vesnice?

*„Tak tři – čtyři tisíce?“*

### **Otázka č. 5**

Chodíte často k lékaři? Trápí Vás nějaké zdravotní potíže?

*„Často né, na kontrolu s tlakem, tak jednou za tři měsíce. Beru prášky.“*

### **Otázka č. 6**

Jak zvládáte úklid, pomáháte třeba s mytím oken?

*„To nedělám. Neuklízím, to Božka.“*

### **Otázka č. 7**

Péče o sebe Vám nedělá problémy?

*„Ne“*

### **Otázka č. 8**

Máte moc pěkný domek, jak je velký?

*„Na patro, dole kuchyňa, jídelna a obyvák, nahoře tři pokoje a komora.“*

### **Otázka č. 9**

Jste v kontaktu s Vaší rodinou?

*„Jó, všici bydlíme tady na dědině.“*

### **Otázka č. 10**

Pomáhá Vám Vaše rodina?

*„To víte že jo.“*

### **Otázka č. 11**

Máte tady nějaké kamarády/ky, známé?

*„No móóc!“*

### **Otázka č. 12**

Určitě berete důchod, že?

*„Jo“*

### **Otázka č. 13**

Měla byste si zájem přivydělat?

*„Jo“*

### **Otázka č. 14**

Pobíráte nějaké sociální dávky? Třeba příspěvek na bydlení?

*„Ne, nic.“*

### **Otázka č. 15**

U Vás ve vesnici funguje pečovatelská služba. Využíváte ji?

*„Ne. O tom ani nevím.“*

### **Otázka č. 16**

Jste členem nějakého spolku? Třeba zahrádkářů?

*„Su hasič. No, ted' ten čestný člen.“*

### **Otázka č. 17**

Chodíte na procházky, zúčastňujete se kulturních akcí, které pořádá Vaše obec?

*„Na procházky ne. Občas jdeme s Božkou na tancovačku.“*

### **Otázka č. 18**

Co Vás nejvíce trápí, co byste chtěl změnit?

*„Štve mě, jaké to všechno dneska je. Za chvíli budeme platit i za dýchání. Aby se líp žilo, to bych změnil.“*

Příloha č. 3

## DOTAZNÍK PŘEDVÝZKUMU A VÝZKUMU

# DOTAZNÍK

*Vážená paní, vážený pane,*

Tento dotazník je součástí průzkumu týkajícího se sociálního začleňování a života seniorů v naší společnosti.

Průzkum sociálního začleňování seniorů je náplní mé diplomové práce na Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Dotazník je anonymní, Vámi poskytnuté údaje budou přínosem pouze pro mou práci a nebudou využity pro žádný jiný účel.

*Děkuji za Vaši ochotu a spolupráci*

Bc. Lenka BURIANOVÁ

Odpovědi na jednotlivé otázky - prosím zakroužkujte Vámi zvolenou variantu, případné odpovědi vypište do volných řádků.

### 1. POHLAVÍ

žena

muž

### 2. DO KTERÉ VĚKOVÉ KATEGORIE PATŘÍTE?

Do 60ti let

61 – 70 let

71 – 80 let

81 – 90 let

90 let a výše

### 3. JAKÉ JE MÍSTO VAŠEHO BYDLIŠTĚ

město

městys

vesnice

### 4. RODINNÝ STAV

svobodná/ný

vdaná/ženatý

rozvedená/ý

vdova/vdovec







# Dotazník

---

**Vážená paní, vážený pane,**

Tento dotazník je součástí průzkumu týkajícího se sociálního začleňování a života seniorů v naší společnosti.

Průzkum sociálního začleňování seniorů je náplní mé diplomové práce na Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Dotazník je anonymní. Vámi poskytnuté údaje budou přínosem pouze pro mou práci a nebudou využity pro žádný jiný účel.

**Děkuji za vaši ochotu a spolupráci.**

*Bc. Lenka BURIANOVÁ*

---

*Vámi zvolené varianty odpovědí na jednotlivé otázky označte prosím křížkem, případně vypište vlastními slovy. Děkuji.*

---

## **1. POHLAVÍ:**

- Muž
- Žena

## **2. VÁŠ VĚK SE POHYBUJE V ROZMEZÍ:**

- Do 60 ti let
- 60 – 70
- 71 – 80
- 81 – 90
- 91 let a více

## **3. RODINNÝ STAV:**

- Svobodný/á
- Ženatý/vdaná
- Rozvedený/á
- Vdovec/vdova

**4. VAŠÍM NEJVYŠŠÍM DOSAŽENÝM VZDĚLÁNÍM JE:**

- Nedokončené
- Základní
- Vyučen
- Střední s maturitou
- Vyšší odborné
- Vysokoškolské

**5. KOLIK OBYVATEL ŽIJE V MÍSTĚ VAŠEHO BYDLIŠTĚ:**

- Méně než 5 000
  - 5 000 až 10 000
  - 10 000 – 20 000
  - 20 000 – 50 000
- Pokud nevíte, uveďte název obce .....

**6. JAK ČASTO NAVŠTĚVUJETE LÉKAŘE?**

- Více jak 1x týdně
  - 1x týdně
  - 1x měsíčně
  - 1x za čtvrt roku
  - 1x za půl roku
  - 1x za rok
- Jiné .....

**7. JSTE DRŽITELEM/KOU PRŮKAZU**

- TP
- ZTP
- ZTP/P
- Nejsem

**8. JAK ZVLÁDÁTE PÉČI O SVOU VLASTNÍ OSOBU A DOMÁCNOST?**

- Velmi dobře – bez pomoci jiné osoby
- Dobře – s částečnou pomocí jiné osoby
- Špatně – s vydatnou pomocí jiné osoby
- Nezvládám – nejsem schopen/na se postarat o sebe ani o domácnost

### **9. BYDLENÍ – S KÝM V SOUČASNÉ DOBĚ ŽIJETE?**

- Sám/sama
- S manželkou/manželem
- Družka/druh
- Se svým dítětem/děťmi
- S jiným členem rodiny (např. švagr/ová, sestřenice, atd.)
- S přáteli

### **10. JAK ČASTO JSTE V KONTAKTU S RODINOU?**

- Nejsem
- Denně
- 1x týdně
- 1x měsíčně
- 1x za čtvrt roku
- 1x za půl roku
- 1x za rok
- Jinak .....

### **11. POMÁHÁ VÁM VAŠE RODINA?**

- Nepomáhá
- Společné akce
- Finance
- Doprovod (lékař, úřady, aj.)
- Nákupy
- Úklid domácnosti
- Jiné .....

### **12. STÝKÁTE SE S PŘÁTELI, ZNÁMÝMI?**

- Nestýkám
- Denně
- 1x týdně
- 1x měsíčně
- 1x za čtvrt roku
- 1x za půl roku
- 1x za rok
- Jiné .....

**13. POBÍRÁTE STAROBNÍ DŮCHOD?**

- Ano
- Ne, jsem stále zaměstnán
- Ne, podnikám
- Jiné .....

**14. JESTLIŽE POBÍRÁTE STAROBNÍ DŮCHOD, PŘIVYDĚLÁVÁTE SI?**

- Nepřivydělávám si
- Pracovní poměr
- Příležitostně
- Sezonní práce

**15. POBÍRÁTE NĚJAKÉ SOCIÁLNÍ DÁVKY?**

- Nepobírám
- Příspěvek na bydlení
- Příspěvek na péči
- Příspěvek na mobilitu
- Příspěvek na zvláštní pomůcky

**16. VYUŽÍVÁTE SLUŽEB PEČOVATELSKÉ SLUŽBY?**

- Nevyužívám
- Pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu,
- Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- Poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy,
- Pomoc při zajištění chodu domácnosti,
- Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím.

**17. CÍTÍTE SE OSAMĚLÝ/Á?**

- Ne
- Občas
- Často
- Ano

**18. JSTE AKTIVNÍM ČLEMEM NĚJAKÉ ORGANIZACE?**

- Nejsem
- Svaz hasičů
- Svaz myslivců
- Svaz včelařů
- Svaz zahrádkářů
- Svaz žen
- Klub důchodců
- Klub turistů
- Sokol
- Český červený kříž
- Jiné .....

**19. MÁTE MOŽNOST BÝT INFORMOVÁN/A O AKCÍCH PRO SENIORY VE VAŠEM OKOLÍ?**

- Ne
- Ano (napíšte, jakým způsobem) .....
- .....
- .....

**20. NAVŠTĚVUJETE AKCE PRO SENIORY?**

- 1 x týdně
- 1 x měsíčně
- 1 x za čtvrt roku
- 1 x za půl roku
- 1 x za rok
- Příležitostně

**21. JAKÉ JSOU VAŠE ZÁLIBY, MÁTE NĚJAKÉ KONÍČKY?**

.....

.....

.....

**22. CO VÁS NEJVÍCE TRÁPÍ, CO BYSTE SI PŘÁL/A ZMĚNIT?**

.....

.....

.....

---

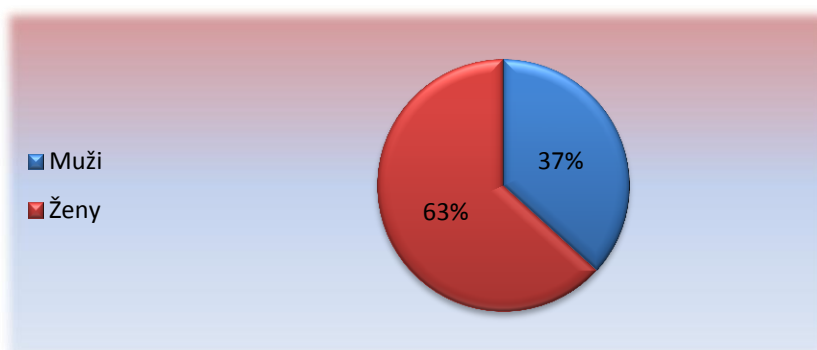
*Velmi Vám děkuji za Vaši pomoc a trpělivost při vyplňování dotazníku.*

---

## GRAFY A TABULKY K DOTAZNÍKU

Respondenti	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Respondentů celkem	490	1,0	100%
Ženy	310	0,63	63%
Muži	180	0,37	37%

Tabulka: Počet a pohlaví respondentů (Dotazník otázka č. 1)



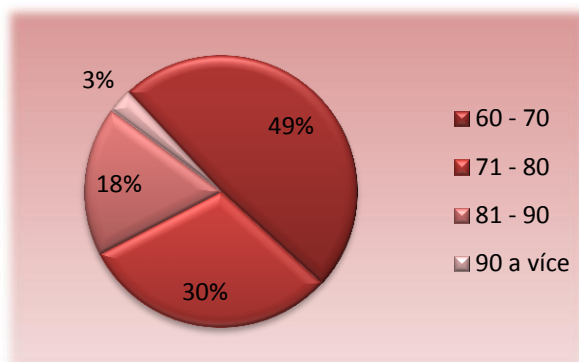
Graf: Počet a pohlaví respondentů (Dotazník otázka č. 1)

Věk - ženy	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem žen	310	1,0	100
60 – 70 let	151	0,49	49
71 – 80 let	95	0,30	30
81 – 90 let	55	0,18	18
90 a více let	9	0,03	3

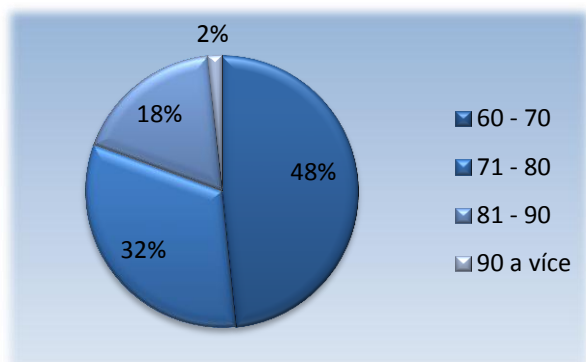
Tabulka: Věkové složení žen (Dotazník otázka č. 2)

Věk - muži	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem mužů	180	1,0	100
60 - 70 let	87	0,48	48
71 – 80 let	58	0,32	32
81 – 90 let	32	0,18	18
91 a více let	3	0,02	2%

Tabulka: Věkové složení mužů (Dotazník otázka č. 2)



Graf: Věkové složení žen (Dotazník otázka č. 2)



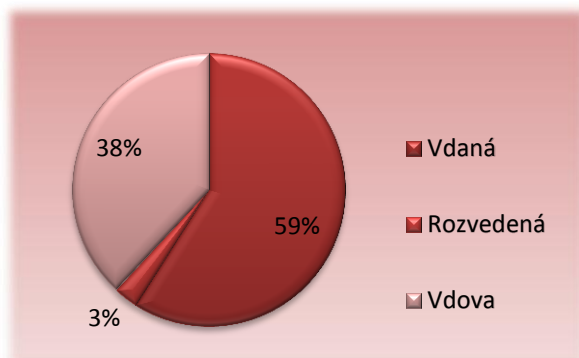
Graf: Věkové složení mužů (Dotazník otázka č. 2)

Rodinný stav - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Počet žen	310	1,0	100
Vdaná	183	0,59	59
Rozvedená	9	0,03	3
vdova	118	0,38	38

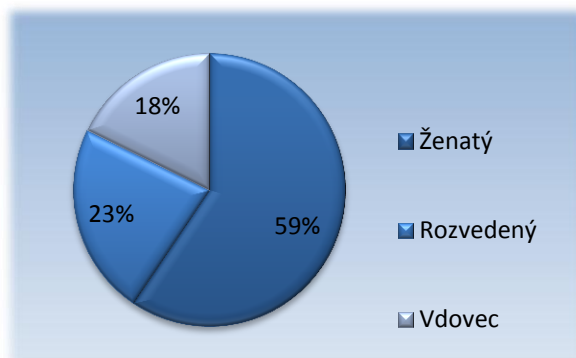
Tabulka: Rodinný stav žen (dotazník otázka č. 3)

Rodinný stav - muži	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Počet mužů	180	1,0	100
Ženatý	107	0,59	59
Rozvedený	41	0,23	23
vdovec	32	0,18	18

Tabulka č. X: Rodinný stav mužů (dotazník otázka č. 3)



Graf: Rodinný stav žen (Dotazník otázka č. 3)



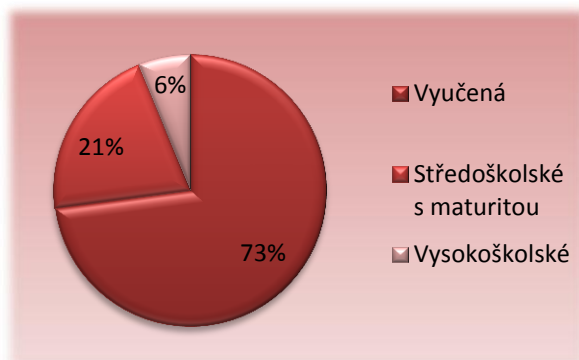
Graf: Rodinný stav mužů (Dotazník otázka č. 3)

Vzdělání	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem žen	310	1,0	100
Vyučená	226	0,73	73
Středoškolské s maturitou	65	0,21	21
vysokoškolské	19	0,06	6

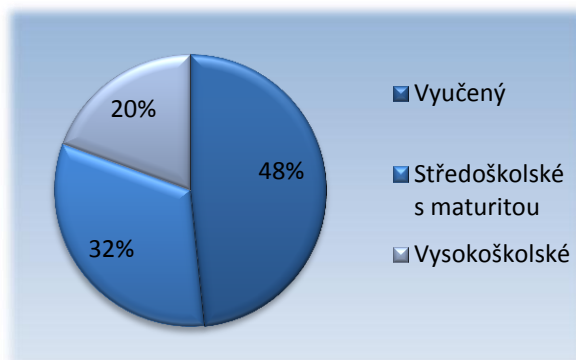
Tabulka: Vzdělání žen (Dotazník otázka č. 4)

Vzdělání	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem mužů	180	1,0	100
Vyučený	87	0,48	48
Středoškolské s maturitou	58	0,32	32
Vysokoškolské	35	0,2	20

Tabulka: Vzdělání mužů (Dotazník otázka č. 4)



Graf: Vzdělání žen (Dotazník otázka č. 4)



Graf: Vzdělání mužů (Dotazník otázka č. 4)

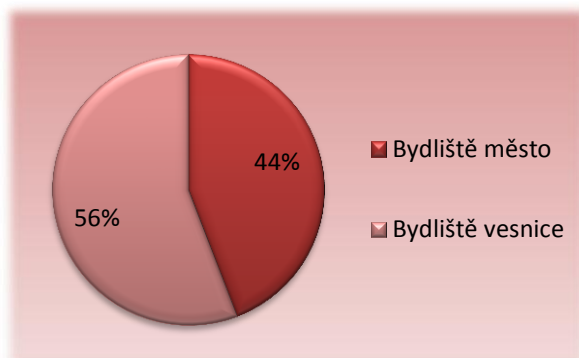


Bydliště - ženy	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem žen	310	1,0	100
Město	137	0,44	44
Vesnice	173	0,56	56

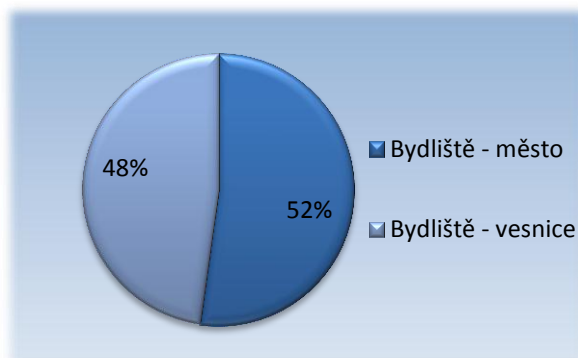
Tabulka: Počet žen žijících ve městě a na vesnici (Dotazník otázka č.5)

Bydliště - muži	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem mužů	180	1,0	100
Město	94	0,52	52
Vesnice	86	0,48	48

Tabulka: Počet mužů bydlících ve městě a na vesnici (Dotazník otázka č. 5)



Graf: Počet žen město/vesnice (Dotazník ot. č.5)



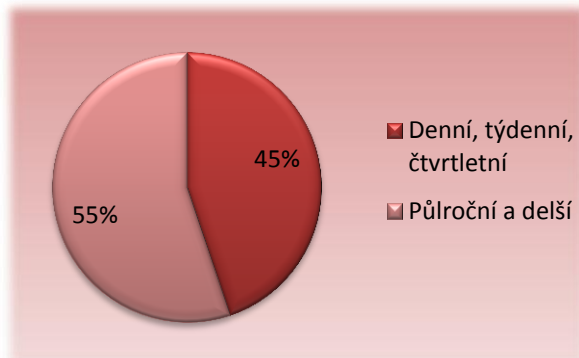
Graf: Počet mužů město/vesnice (Dotazník ot. č.5)

Návštěvy lékaře	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Počet žen	310	1,0	100
Denní, týdenní, čtvrtletní	139	0,45	45
Půlroční a delší	171	0,55	55

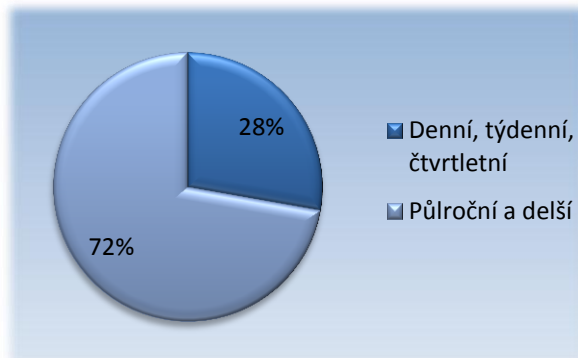
Tabulka: Četnost návštěv u lékaře – ženy (Dotazník otázka č. 6)

Návštěva lékaře	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Počet mužů	180	1,0	100
Denní, týdenní, čtvrtletní	50	0,28	28
Půlroční a delší	130	0,72	72

Tabulka: Četnost návštěv u lékaře – muži (Dotazník otázka č. 6)



Graf: Četnost návštěv u lékaře-ženy (Dot. ot. č. 6)



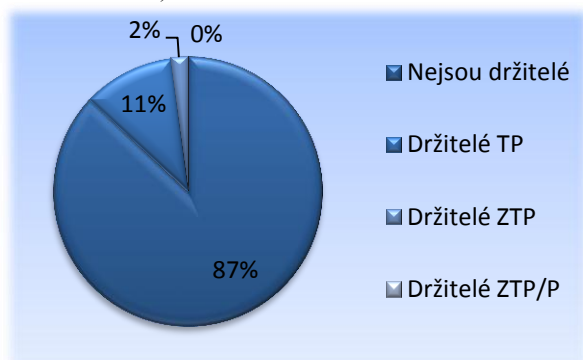
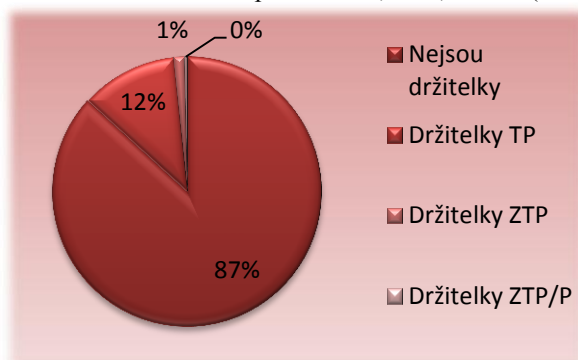
Graf: Četnost návštěv u lékaře-muži (Dot. ot. č. 6)

Držitelky TP, ZTP, ZTP/P	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Počet žen celkem	310	1,0	100
Není držitelkou	269	0,87	87
Držitelka TP	36	0,12	12
Držitelka ZTP	4	0,015	1,5
Držitelka ZTP/P	1	0,005	0,5

Tabulka: Počet držitelů průkazu TP, ZTP, ZTP/P (Dotazník otázka č. 7)

Držitelé TP, ZTP, ZTP/P	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Počet mužů	180	1,0	100
Nejsou držitelé	157	0,87	87
Držitel TP	20	0,11	11
Držitel ZTP	3	0,02	2
Držitel ZTP/P	0	0	0

Tabulka: Počet držitelů průkazu TP, ZTP, ZTP/P (Dotazník otázka č. 7)



Graf: Počet držitelů průkazu (Dotazník ot. č. 7)

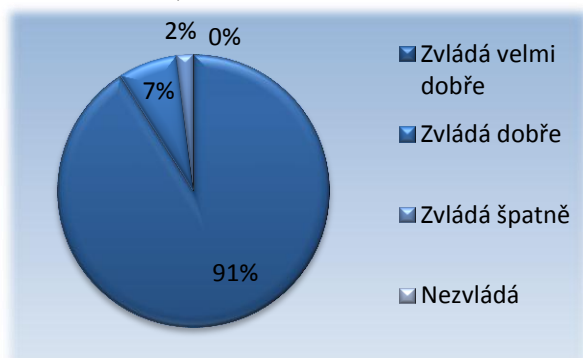
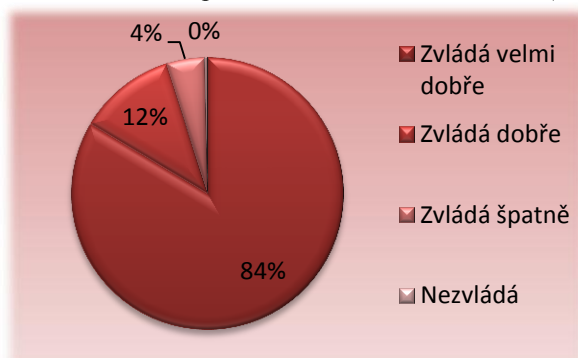
Graf: Počet držitelů průkazu (Dotazník ot. č. 7)

Péče o vlastní osobu a domácnost	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Počet žen	310	1,0	100
Zvládá velmi dobře	259	0,84	84
Zvládá dobře	36	0,115	11,5
Zvládá špatně	14	0,04	4
Nezvládá	1	0,005	0,5

Tabulka: Zvládání péče o svou osobu a domácnost (Dotazník otázka č. 8)

Péče o vlastní osobu a domácnost	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Počet mužů	180	1,0	100
Zvládá velmi dobře	163	0,91	91
Zvládá dobře	13	0,07	7
Zvládá špatně	4	0,02	2
Nezvládá	0	0,0	0

Tabulka: Zvládání péče o svou osobu a domácnost (Dotazník otázka č. 8)



Graf: Zvládání péče - ženy (Dotazník ot. č. 8)

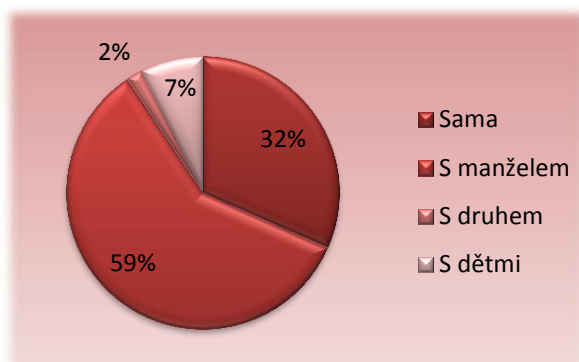
Graf: Zvládání péče - muži (Dotazník ot. č. 8)

S kým žijí - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Ženy - celkem	310	1,0	100
Sama	98	0,32	32
S manželem	183	0,59	59
S druhem	6	0,2	2
S dětmi	23	0,7	7

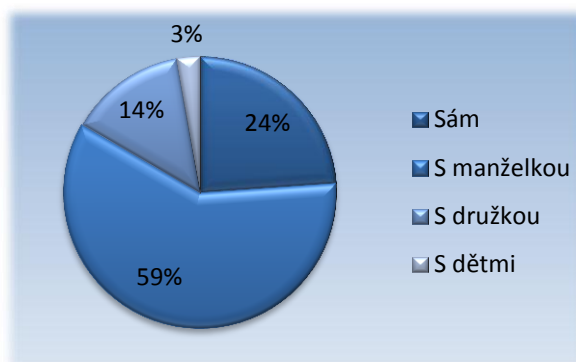
Tabulka: S kým žijí v domácnosti ženy (Dotazník otázka č.9)

S kým žijí - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Muži - celkem	180	1,0	100
Sám	43	0,24	24
S manželkou	107	0,59	59
S družkou	25	0,14	14
S dětmi	5	0,03	3

Tabulka: S kým žijí v domácnosti muži (Dotazník otázka č.9)



Graf: S kým žijí ženy (Dotazník ot. č.9)



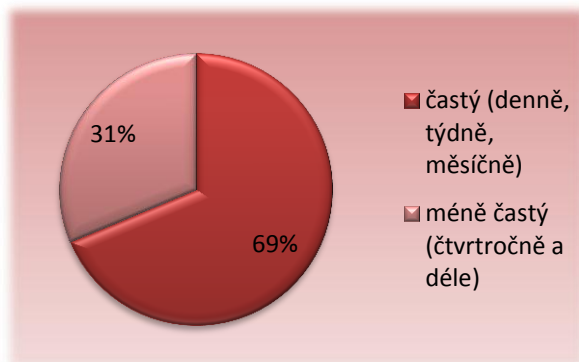
Graf: S kým žijí muži (Dotazník ot. č.9)

Kontakt s rodinou	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem ženy	310	1,0	100
Častý (denně, 1x týdně, 1x měsíčně)	213	0,69	69
Méně častý (1x za čtvrt roku a déle)	97	0,31	31

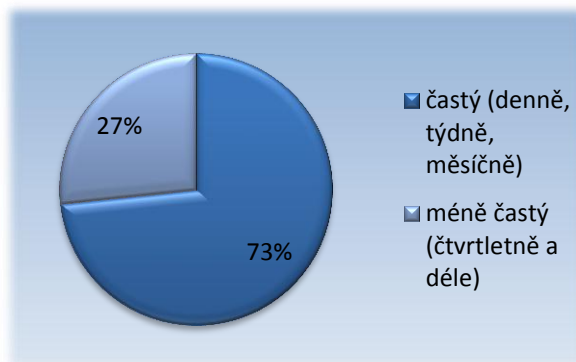
Tabulka: Kontakt s rodinou – ženy (Dotazník otázka č. 10)

Kontakt s rodinou	Absolutní četnost	Relativní četnost	Relativní četnost v %
Celkem muži	180	1,0	100
Častý (denně, 1x týdně, 1x měsíčně)	132	0,73	73
Méně častý (1x za čtvrt roku a déle)	48	0,27	27

Tabulka: Kontakt s rodinou – muži (Dotazník otázka č. 10)



Graf: Kontakt s rodinou-ženy (Dotazník ot. č. 10)



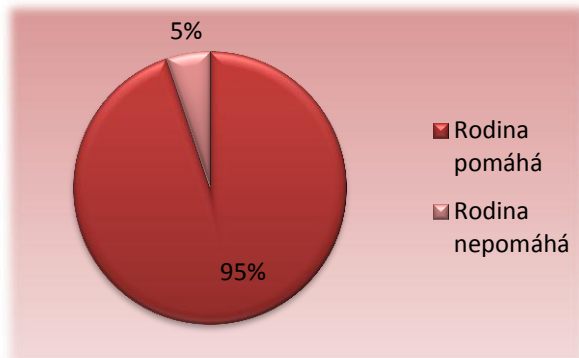
Graf: Kontakt s rodinou-muži (Dotazník ot. č. 10)

Pomoc rodiny - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Ženy celkem	310	1,0	100
Rodina pomáhá	294	0,95	95
Rodina nepomáhá	16	0,05	5

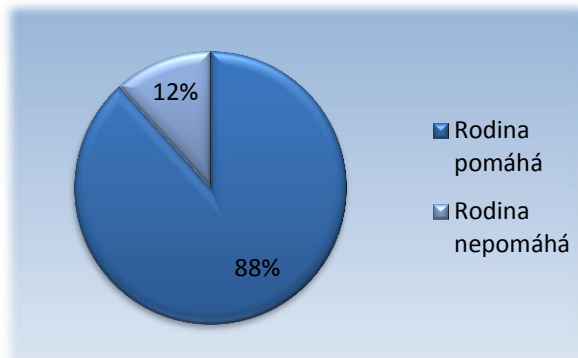
Tabulka: Pomoc rodiny – ženy (Dotazník otázka č. 11)

Pomoc rodiny - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Muži celkem	180	1,0	100
Rodina pomáhá	159	0,88	88
Rodina nepomáhá	21	0,12	12

Tabulka: Pomoc rodiny – muži (Dotazník otázka č. 11)



Graf: Pomoc rodiny – ženy (Dotazník ot. č. 11)



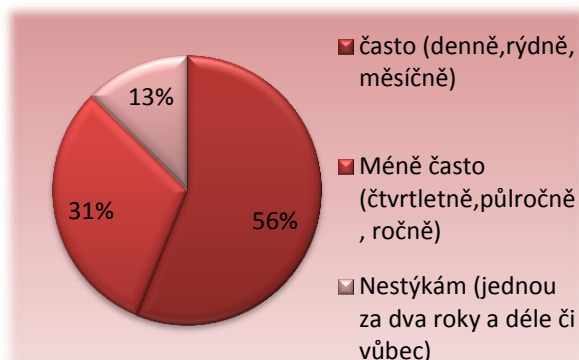
Graf: Pomoc rodiny – muži (Dotazník ot. č. 11)

Styk s přáteli	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Žen celkem	310	1,0	100
Často (	174	0,56	56
Méně často	97	0,31	31
Nestýkám	39	0,13	13

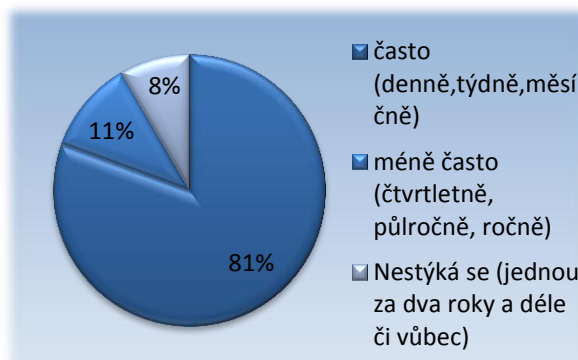
Tabulka: Styk s přáteli, známými – ženy (Dotazník otázka č. 12)

Styk s přáteli	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Mužů celkem	180	1,0	100
Často	145	0,81	81
Méně často	20	0,11	11
Nestýkám	15	0,08	8

Tabulka: Styk s přáteli, známými – muži (Dotazník otázka č. 12)



Graf: Styk s přáteli – ženy (Dotazník ot. č. 12)



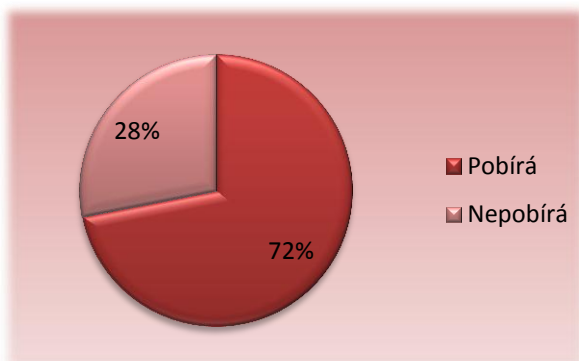
Graf: Styk s přáteli – muži (Dotazník ot. č. 12)

Pobírání důchodu - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Celkem žen	310	1,0	100
Pobírá důchod	272	0,88	88
Nepobírá důchod	38	0,12	12

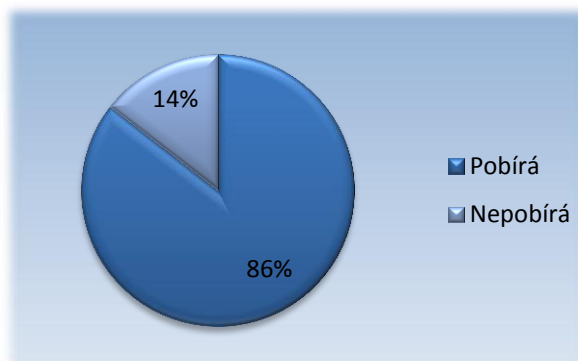
Tabulka: Kolik žen pobírá či nepobírá důchod (Dotazník otázka č.13)

Pobírání důchodu - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Celkem mužů	180	1,0	100
Pobírá důchod	154	0,86	86
Nepobírá důchod	26	0,14	14

Tabulka: Kolik mužů pobírá či nepobírá důchod (Dotazník otázka č. 13)



Graf: Pobírání důchodu-ženy (Dotazník ot. č.13)



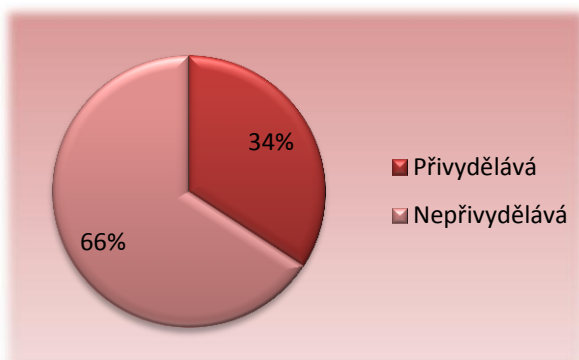
Graf: Pobírání důchodu-ženy (Dotazník ot. č.13)

Přivýdělek k důchodu – ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Celkem žen pobírajících důchod	272	1,0	100
Přivydělává	93	0,34	34
Nepřivydělává	179	0,66	66

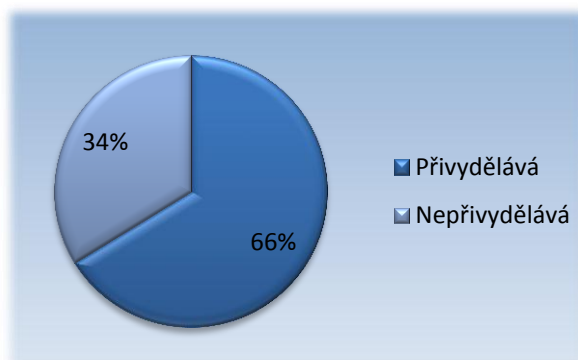
Tabulka: Přivýdělek k důchodu – ženy (Dotazník otázka č. 14)

Přivýdělek k důchodu – muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Celkem mužů pobírajících důchod	154	1,0	100
Přivydělává	102	0,66	66
Nepřivydělává	52	0,34	34

Tabulka: Přivýdělek k důchodu – ženy (Dotazník otázka č. 14)



Graf: Přivýdělek k důch.-ženy (Dotazník ot. č. 14)



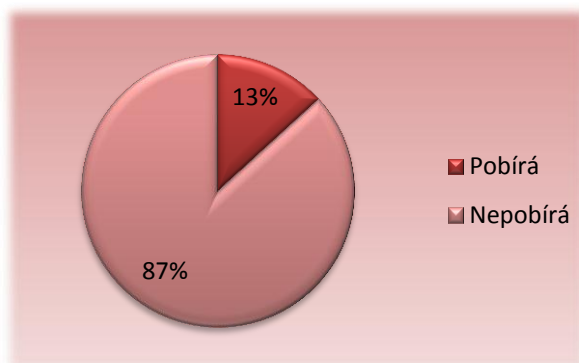
Graf: Přivýdělek k důch.-Muži (Dotazník ot. č. 14)

Pobírání sociálních dávek - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Počet žen	310	1,0	100
Pobírá	41	0,13	13
Nepobírá	269	0,87	87

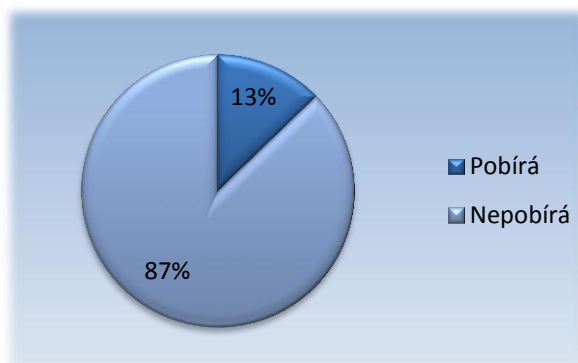
Tabulka: Pobírání sociálních dávek – ženy (Dotazník otázka č.15)

Pobírání sociálních dávek - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Počet mužů	180	1,0	100
Pobírá	23	0,13	13
Nepobírá	157	0,87	87

Tabulka: Pobírání sociálních dávek – ženy (Dotazník otázka č.15)



Graf: Pobírání soc. dávek-ženy (Dotazník ot. č.15)



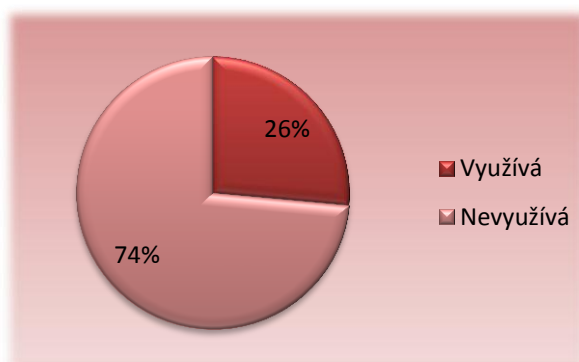
Graf: Pobírání soc. dávek-muži (Dotazník ot. č.15)

Využití pečovatelské služby	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Celkem žen	310	1,0	100
Využívá	82	0,26	26
Nevyužívá	228	0,74	74

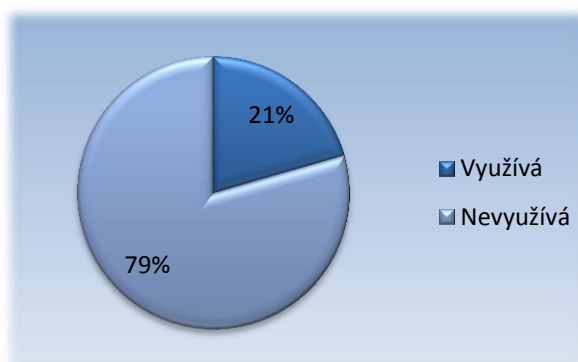
Tabulka: Využívá pečovatelské služby – ženy (Dotazník otázka č. 16)

Využití pečovatelské služby	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Celkem mužů	180	1,0	100
Využívá	37	0,21	21
Nevyužívá	143	0,79	79

Tabulka: Využívá pečovatelské služby – ženy (Dotazník otázka č. 16)



Graf: Pečovatelské služby ženy (Dot. ot. č. 16)



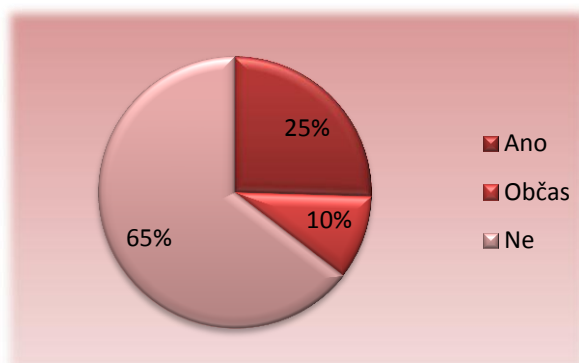
Graf: Pečovatelské služby muži (Dotazník ot. č. 16)

Osamělost – ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Celkem ženy</b>	<b>310</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Osamělá	79	0,25	25
Občas osamělá	31	0,1	10
Neosamělá	200	0,65	65

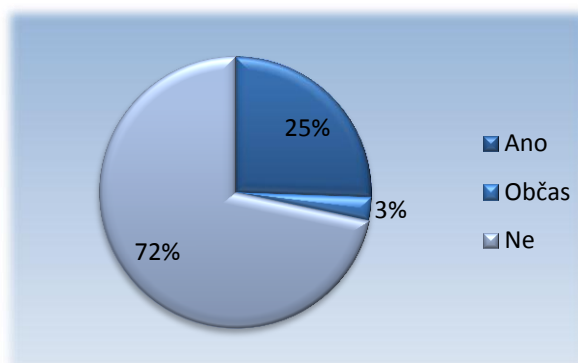
Tabulka: Osamělost – ženy (Dotazník otázka č. 17)

Osamělost – muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Celkem muži</b>	<b>180</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Osamělý	46	0,25	25
Občas osamělý	5	0,03	3
Neosamělý	129	0,72	72

Tabulka: Osamělost – muži (Dotazník otázka č. 17)



Graf: Osamělost – ženy (Dotazník otázka č. 17)



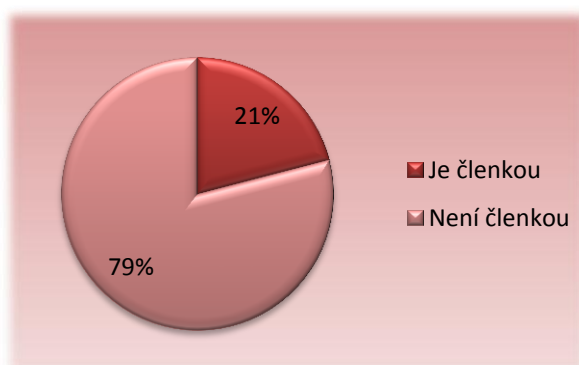
Graf: Osamělost – muži (Dotazník otázka č. 17)

Členství ve spolku, organizaci - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Celkem žen</b>	<b>310</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Je členkou	65	0,21	21
Není členkou	245	0,79	79

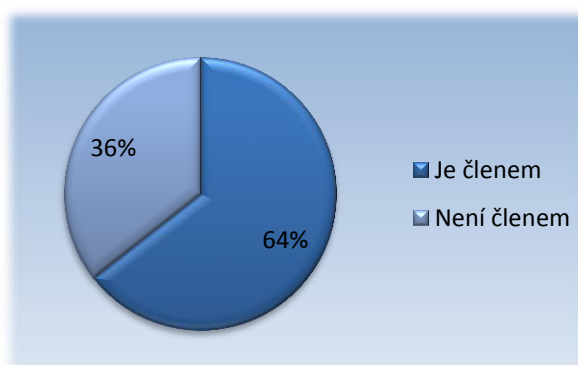
Tabulka: Členství v organizacích – ženy (Dotazník otázka č. 18)

Členství ve spolku, organizaci - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Celkem mužů</b>	<b>180</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Je členem	116	0,64	64
Není členem	64	0,36	36

Tabulka: Členství v organizacích – muži (Dotazník otázka č. 18)



Graf: Členství v org. – ženy (Dot. ot. č. 18)



Graf: Členství v org. – muži (Dotazník ot. č. 18)

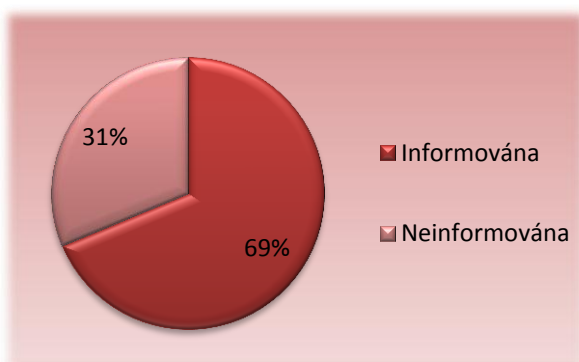


Informovanost o akcích pro seniory	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Celkem žen</b>	<b>310</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Informována	213	0,69	69
Neinformována	97	0,31	31

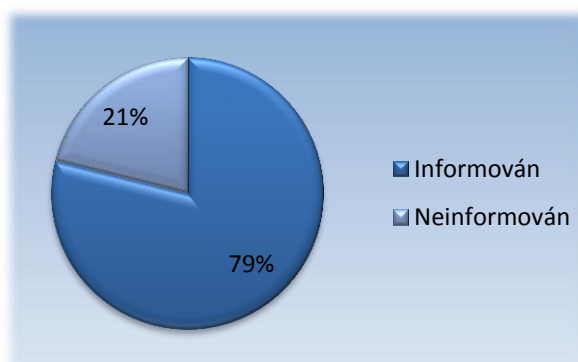
Tabulka: Informovanost žen o akcích pro seniory (Dotazník otázka č. 19)

Informovanost o akcích pro seniory	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Celkem mužů</b>	<b>180</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Informován	142	0,79	79
Neinformován	38	0,21	21

Tabulka: Informovanost mužů o akcích pro seniory (Dotazník otázka č. 19)



Graf: Informovanost žen o akcích (Dot. Ot. č. 19)



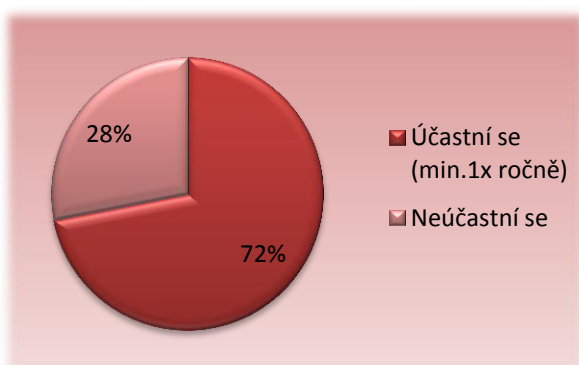
Graf: Informovanost mužů o akcích (Dot. Ot. č. 19)

Účast na akcích pro seniory	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Ženy celkem</b>	<b>310</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Účastní se	183	0,59	59
Neúčastní se	127	0,41	41

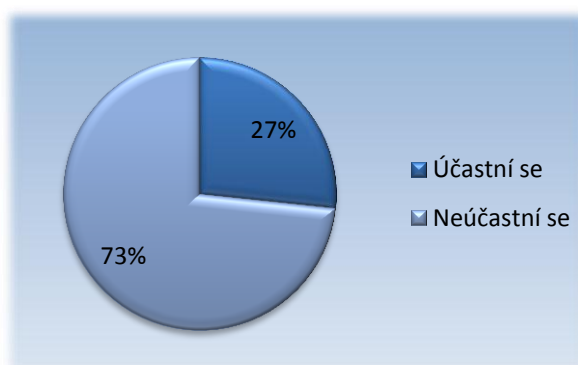
Tabulka: Účast na akcích pro seniory – ženy (Dotazník otázka č. 20)

Účast na akcích pro seniory	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
<b>Muži celkem</b>	<b>180</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Účastní se	48	0,27	27
Neúčastní se	132	0,73	73

Tabulka: Účast na akcích pro seniory – muži (Dotazník otázka č. 20)



Graf: Účast na akcích-ženy (Dotazník ot. č. 20)



Graf: Účast na akcích-muži (Dotazník ot. č. 20)

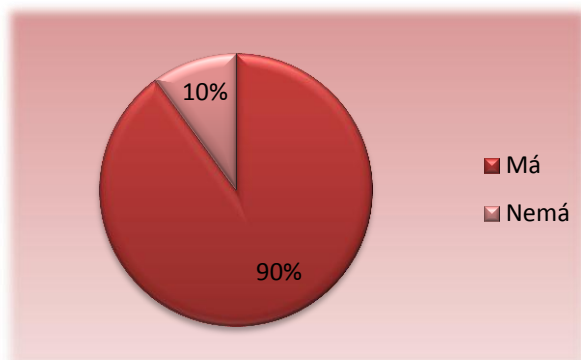


Zájmy, záliby - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Ženy celkem	310	1,0	100
Má	279	0,9	90
Nemá	31	0,1	10

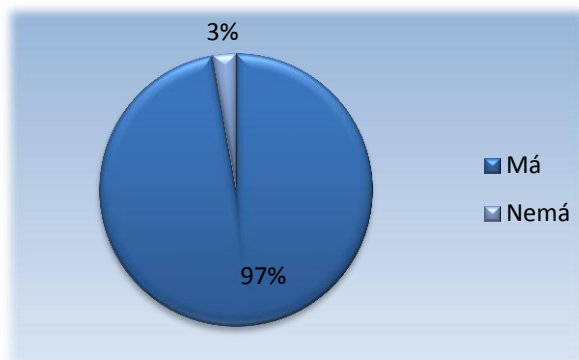
Tabulka: Senioři a jejich zájmy, záliby – ženy (Dotazník otázka č. 21)

Zájmy, záliby - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Muži celkem	180	1,0	100
Má	175	0,97	97
Nemá	5	0,03	3

Tabulka: Senioři a jejich zájmy, záliby – ženy (Dotazník otázka č. 21)



Graf: Zájmy, záliby – ženy (Dotazník otázka č. 21)



Graf: Zájmy, záliby – muži (Dotazník otázka č. 21)

Nespokojenost, přání změny - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Ženy celkem	310	1,0	100
Společnost	252	0,81	81
Politická situace	231	0,75	75
Výše důchodů	261	0,84	84
Zdraví	97	0,31	31

Tabulka: Nespokojenost, přání změny – ženy (Dotazník otázka č. 22)

Nespokojenost, přání změny - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost v %
Muži celkem	180	1,0	100
Společnost	148	0,82	82
Politická situace	137	0,76	76
Výše důchodů	113	0,63	63
zdraví	28	0,16	16

Tabulka: Nespokojenost, přání změny – ženy (Dotazník otázka č. 22)

## TABULKY VÝZKUMU

Věkové kategorie žen	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v$ %
Žena 60 – 70 let	151	1,0	100
Kontakty	149	0,99	99
Členství	42	0,28	28
Zájmy	151	1,0	100
Žena 71 – 80 let	95	1,0	100
Kontakty	71	0,75	75
Členství	23	0,24	24
Zájmy	95	1,0	100
Žena 81 – 90 let	55	1,0	100
Kontakty	35	0,45	45
Členství	0	0	0
Zájmy	32	0,58	58
Žena 90 a více let	9	1,0	100
kontakty	2	0,22	22
Členství	0	0	0
Zájmy	0	0	0

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 1 vliv pohlaví a věku na aktivity seniorů – ženy (vlastní)

Věkové kategorie mužů	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v$ %
Muž 60 – 70 let	87	1,0	100
Kontakty	87	1,0	100
Členství	62	0,71	71
Zájmy	87	1,0	100
Muž 71 – 80 let	58	1,0	100
Kontakty	52	0,9	90
Členství	40	0,69	69
Zájmy	58	1,0	100
Muž 81 - 90	32	1,0	100
Kontakty	25	0,78	78
Členství	16	0,5	50
Zájmy	29	0,91	91
Muž 91 a více let	3	1,0	100
Kontakty	1	0,33	33
Členství	1	0,33	33
Zájmy	1	0,33	33

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 1 vliv pohlaví a věku na aktivity seniorů – muži (vlastní)

	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
<b>Město celkem</b>	<b>137</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Kontakty	92	0,67	67
Osamělost	45	0,33	33
<b>Vesnice celkem</b>	<b>173</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Kontakty	139	0,80	80
Osamělost	34	0,20	20

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 2 vliv bydliště na kontakty a osamělost – ženy (vlastní)

	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
<b>Město celkem</b>	<b>94</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Kontakty	61	0,65	65
Osamělost	33	0,35	35
<b>Vesnice celkem</b>	<b>86</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Kontakty	73	0,85	85
Osamělost	13	0,15	15

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 2 vliv bydliště na kontakty a osamělost – muži (vlastní)

	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní počet $v \%$
<b>Členství celkem</b>	<b>65</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Vyučené - aktivní	18	0,28	28
Středoškolské aktivní	33	0,51	51
Vysokoškolské aktivní	14	0,21	21
<b>Žádné členství celkem</b>	<b>245</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Vyučené neaktivní	193	0,79	79
Středoškolské neaktivní	47	0,19	19
Vysokoškolské neaktivní.	5	0,02	2

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 3 souvislost vzdělání a aktivity – ženy (vlastní)

	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní počet $v \%$
<b>Členství celkem</b>	<b>116</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Vyučené - aktivní	32	0,28	28
Středoškolské aktivní	51	0,44	44
Vysokoškolské aktivní	33	0,28	28
<b>Žádné členství celkem</b>	<b>64</b>	<b>1,0</b>	<b>100</b>
Vyučené neaktivní	55	0,86	86
Středoškolské neaktivní	7	0,11	11
Vysokoškolské neaktivní.	2	0,03	3

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 3, souvislost vzdělání a aktivity – muži (vlastní)

Zdraví a aktivita - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Počet žen – zdravá	167	1,0	100
Aktivní	167	1,0	100
Počet žen se zdravotním omezením	143	1,0	100
Aktivní	66	0,46	46
Aktivní s omezením	68	0,48	48
Neaktivní	9	0,06	6

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 4, souvislost zdravotní stav a aktivity – ženy (vlastní)

Zdraví a aktivita - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Počet mužů – zdravý	95	1,0	100
Aktivní	95	1,0	100
Počet mužů se zdravotním omezením	85	1,0	100
Aktivní	51	0,60	60
Aktivní s omezením	34	0,40	40
Neaktivní	0	0,00	0

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 4, souvislost zdravotní stav a aktivity – muži (vlastní)

Ekonomická aktivita – kontakty, osamělost - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Ekonomicky aktivní	67	1,0	100
Kontakty	67	1,0	100
Osamělost	0	0,00	0
Ekonomicky neaktivní	243	1,0	100
Kontakty	164	0,67	67
Osamělost	79	0,33	33

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 5 vliv ekonomické aktivity na kontakty - ženy (vlastní)

Ekonomická aktivita – kontakty, osamělost - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Ekonomicky aktivní	102	1,0	100
Kontakty	82	1,0	100
Osamělost	20	0,00	0
Ekonomicky neaktivní	78	1,0	100
Kontakty	52	0,41	41
Osamělost	26	0,59	59

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 5 vliv ekonomické aktivity na kontakty – muži (vlastní)

Kontakt s rodinou a osamělost - ženy	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Ženy město	137	1,0	100
Denně, 1x týdně (neosamělá)	63	0,46	46
1x za čtvrt roku a déle (osamělá)	74	0,54	54
Ženy vesnice	173	1,0	100
Denně, 1x týdně (neosamělá)	150	0,87	87
1x za čtvrt roku a déle (osamělá)	23	0,13	13

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 6 souvislost bydliště, kontakty s rodinou, osamělost – ženy (vlastní)

Kontakt s rodinou a osamělost - muži	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Muži - město	94	1,0	100
Denně, 1x týdně (neosamělá)	59	0,63	63
1x za čtvrt roku a déle (osamělá)	35	0,37	37
Muži - vesnice	86	1,0	100
Denně, 1x týdně (neosamělá)	73	0,85	85
1x za čtvrt roku a déle (osamělá)	13	0,15	15

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 6 souvislost bydliště, kontakty s rodinou, osamělost – muži (vlastní)

Ženy akce, informace	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Ženy celkem	310	1,0	100
Účastní se akcí	183	0,59	59
Neúčastní se akcí	127	0,41	41
Informované	213	0,69	69
Neinformované	97	0,31	31

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 7 informovanost a účast na akcích – ženy (vlastní)

Muži akce, informace	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v \%$
Muži celkem	180	1,0	100
Účastní se akcí	48	0,27	27
Neúčastní se akcí	132	0,73	73
Informovaní	142	0,79	79
Neinformovaní	38	0,21	21

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 7 informovanost a účast na akcích – muži (vlastní)

Vztah-společnost, politika, finance zdraví	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v$ %
Počet žen	310	1,0	100
Výhrady vůči společnosti	252	0,81	81
Nemá výhrady vůči společnosti	58	0,19	19
Výhrady vůči politické situaci	231	0,75	75
Nemá výhrady vůči politické situaci	79	0,25	25
Výhrady k výši důchodu	261	0,84	84
Nemá výhrady k výši důchodu	49	0,16	16
Spokojena se svým zdravotním stavem	261	0,69	69
Nespokojena se svým zdravotním stavem	97	0,31	31

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 8, výhrady vůči společnosti, politice, financím a zdraví, - ženy (vlastní)

Vztah-společnost, politika, finance zdraví	Absolutní četnost $n_i$	Relativní četnost $f_i$	Relativní četnost $v$ %
Počet mužů	180	1,0	100
Výhrady vůči společnosti	148	0,82	82
Nemá výhrady vůči společnosti	32	0,18	18
Výhrady vůči politické situaci	137	0,76	76
Nemá výhrady vůči politické situaci	43	0,24	24
Výhrady k výši důchodu	113	0,63	63
Nemá výhrady k výši důchodu	67	0,37	37
Spokojen se svým zdravotním stavem	152	0,84	84
Nespokojen se svým zdravotním stavem	28	0,16	16

Tabulka: výzkumný předpoklad č. 8, výhrady vůči společnosti, politice, financím a zdraví, - muži (vlastní)

## **ROZHOVORY - ZÁSTUPCI ORGANIZACÍ**

### **Rozhovor se zástupcem TJ Sokol**

Zástupce této organizace je jejím členem již 48 let. Senioři jsou nedílnou součástí TJ Sokol. Jednou týdně mají k dispozici tělocvičnu. Cvičení se v průměru zúčastňuje 24 až 39 seniorů ve věku 65 let až 85 let. Pokud nacvičují na sokolský slet, tráví v tělocvičně více času a jezdí do okolních žup na secvičné. Noví členové v seniorském věku nepřichází téměř žádní. Tak 2 – 3 za rok, někdy ani to ne. Nemají zájem a nechtějí platit členské příspěvky TJ. Sokol pořádá řadu akcí, které nejsou určeny pouze seniorům, ale všem členům od nejmladších po nejstarší. Dříve jezdili na výlety, nyní jsou kvůli nedostatku financí rádi, když vyjedou jednou za rok. Informovanost o pořádaných akcích je dobrá. Využívají k tomu nástěnky, internet i ústní šíření při cvičení apod. Senioři si sami organizují výlety na kolech, plavání, oslavy narozenin a besídky. To vše ale již mimo TJ Sokol. Počet seniorů pravidelně ubývá (zdravotní potíže, úmrtí), bývá doplňován příchodem mladších, kteří postupně „dozrávají“ do seniorského věku.

### **Rozhovor se zástupcem Svazu letců ČR**

Svaz letců sdružuje bývalé vojáky z povolání, piloty vojenské, civilní a příznivce létání. Věkové složení těchto seniorů je opravdu do sta let. Jsou to lidé, většinou muži, se stejným zájmem. Setkávají se jednou týdně v počtu 15 až 20 členů. Jsou otevření novým zájemcům. Tito senioři si členství ve Svazu stavovskysky považují. K informovanosti o pořádaných akcích využívají nástěnky, internet a ústní podání. V posledních letech jsou finančně více omezeni, ale Armáda ČR pro ně pořádá také různé akce, které jim financuje. Noví členové, především z řad bývalých vojáků z povolání, stále přibývají.

### **Rozhovor se zástupcem muzea**

V muzeu jsou pořádány různé výstavy a expozice. Speciální akce pro seniory nepořádají, pouze když se objedná skupina seniorů, přizpůsobí výklad přímo jim a provedou je samostatně. Muzeum průměrně navštíví 30 až 50 seniorů za měsíc. Pravidelně na nové expozice chodí kolem patnácti seniorů. Jedná se vždy o stejné osoby. Informovanost

o výstavách a expozicích je v regionálním tisku a televizi, na internetu i na plakátech. Pracovníci muzea měli zájem vytvořit pro seniory malou studovnu s počítači a možností studování různých historických etap, včetně přednášek o nich. Bohužel tento projekt nelze z finančních i personálních důvodů uskutečnit.

### **Rozhovor se zástupcem knihovny**

Knihovna a její pobočky pořádají poměrně hodně akcí pro seniory. Různé literární besedy, přednášky, v současnosti nabízí dvě knihovny také virtuální Univerzitu třetího věku. Spolupráce se seniory je dobrá, jen je škoda, že jich chodí celkem málo, v průměru 10 až 30 třikrát týdně. Zájem ze strany seniorů o nabízené akce je bohužel malý. Informovanost o akcích je dobrá, Využívají vývěsky, regionální televizi a tisk, také ústní podání. Senioři, kteří se různých akcí účastní, jsou většinou jedni a ti samí. Financování knihovny se snížilo, tak jako všude. Mnoho seniorů dle zástupce raději chodí do supermarketů, než na nějaké akce do knihovny.