

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

BAKALÁŘSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM

2017-2018

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Jitka Nehybová

Kvalita vzdělávání seniorů v České republice

Praha 2018

Vedoucí bakalářské práce:

PaedDr. Jarmila Klugerová, Ph.D.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

BACHELOR COMBINED (PART TIME) STUDIES

2017-2018

BACHELOR THESIS

Jitka Nehybová

The quality of education of seniors in the Czech republic

Prague 2018

The Bachelor Thesis Work Supervisor:

PaedDr. Jarmila Klugerová, Ph.D.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne

Jméno autorky: Jitka Nehybová

Poděkování

Ráda bych poděkovala své vedoucí PaedDr. Jarmile Klugerové, Ph.D. za její rady a pomoc při psaní bakalářské práce. Zároveň chci poděkovat paní ředitelce Mgr. Dagmar Kučerové a všem pracovníkům Městské knihovny Louny, kteří mi poskytli dostatek informací týkajících se vzdělávání seniorů v jejich zařízení.

Anotace

Bakalářská práce je zaměřena na vzdělávání seniorů v České republice. První část práce definuje základní pojmy, charakterizuje stáří jako životní etapu a analyzuje kvalitu života seniora v dnešní společnosti. Součástí práce je i vymezení zdravotní a sociální péče poskytované seniorům. Druhá část bakalářské práce je zaměřena na zmapování kvality nabídky vzdělávání seniorů v České republice. Výzkumná část analyzuje skutečný současný stav v oblasti nabídky vzdělávání pro seniory v České republice, konkrétně pak na Lounsku.

Klíčová slova

Celoživotní vzdělávání, dotazník, edukace, péče o seniory, senior, stáří

Annotation

The bachelor thesis focuses on education of seniors in the Czech republic. The first part defines basic concepts, characterise old age as a stage of life and analyzes the quality of the senior's life in today's society. The part of the work is a definition of health and social care provided to seniors. Second part of the bachelor thesis is focused on the quality of seniors education in the Czech republic. Research part analyzes actual and current state of the education offer for seniors in the Czech republic, specifically in the Louny and

Keywords

Education, lifelong learning, old age, questionnaire, senior care, senior

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST.....	10
1 VYMEZENÍ A DEFINICE ZÁKLADNÍCH POJMŮ	10
1.1 Geriatrie a gerontologie	10
1.2 Stárnutí a stáří	10
1.3 Senior	12
1.4 Edukace, aktivizace a animace	13
1.5 Celoživotní vzdělávání	14
1.6 Andragogika.....	14
1.7 Gerontagogika.....	15
2 KVALITA ŽIVOTA SENIORA.....	17
2.1 Senioři ve společnosti	17
2.2 Znevýhodňování starších lidí z důvodu věku	19
2.3 Zdravotní znevýhodnění seniorů	20
2.4 Psychologické zvláštnosti seniorského věku	20
3 SYSTÉM ZDRAVOTNÍ A SOCIÁLNÍ PÉČE O SENIORY V ČESKÉ REPUBLICCE	23
3.1 Důchodový systém.....	23
3.2 Zdravotní péče o seniory.....	23
3.3 Sociální péče o seniory	24
3.4 Zařízení pro seniory	25
4 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ.....	26
4.1 Instituce zajišťující vzdělávání seniorů	27
4.1.1 Univerzita třetího věku (U3V)	27
4.1.2 Virtuální univerzity třetího věku	28
4.1.3 Akademie třetího věku	29
4.1.4 Kluby aktivního stárnutí.....	29
4.1.5 Univerzity volného času.....	30
4.1.6 Další formy vzdělávání seniorů	30
5 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V ČESKÉ REPUBLICCE	31
5.1 Historie.....	31

5.2	Současnost	31
PRAKTICKÁ ČÁST		34
6	CÍL PRÁCE.....	34
6.1	Metody průzkumu.....	34
6.1.1	Pozorování	34
6.1.2	Rozhovor.....	34
6.2	Harmonogram postupu	35
6.3	Výzkumný vzorek.....	35
7	VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ NA LOUNSKU.....	36
7.1	Městská knihovna Louny.....	36
7.2	Lounský Senior klub	36
7.3	Domov pro seniory U pramene, Louny	37
7.4	Vzdělávací centrum Podkrušnohoří, z. s., Žatec.....	37
8	PROJEKT TŘETÍ VĚK	39
8.1	Cíle projektu	39
8.2	Cílová skupina	39
8.3	Základní metody	39
8.4	Financování projektu	40
8.5	Vyučované předměty	40
8.6	Související pořádané akce.....	48
8.7	Další spolky Městské knihovny.....	49
8.8	Dílčí závěry.....	50
ZÁVĚR		52
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....		54
SEZNAM ZKRATEK		57
SEZNAM PŘÍLOH.....		58

ÚVOD

Téma bakalářské práce je Kvalita vzdělávání seniorů v České republice. Vzdělávání seniorů je věnována čím dál větší pozornost a celoživotní vzdělávání se stává trendem dnešní doby. Práce si klade za úkol zjistit, za jakých podmínek vzdělávání seniorů probíhá, které instituce jej v České republice poskytují a zda se kvalita vzdělávání zvyšuje.

Stěžejním cílem práce je obecné zmapování kvality vzdělávání seniorů v České republice a podrobně na Lounsku.

Pro zpracování informací je využita dostupná literatura, příslušné zákony a také internetové zdroje. Důležitým zdrojem informací jsou informace získané z osobní účasti na výuce, z pozorování a rozhovorů s účastníky vzdělávacího projektu Třetí věk v Městské knihovně v Lounech.

Práce je popisná. První část práce seznamuje se základními pojmy a charakterizuje stáří jako životní etapu. V rámci zhodnocení kvality života seniora se část práce věnuje i systému zdravotní a sociální péče o seniory v České republice. V kapitole Celoživotní vzdělávání jsou uvedeny instituce poskytující toto vzdělávání v České republice, popsána je jejich činnost a organizace. Kapitola Vzdělávání seniorů v České republice se zaměřuje na vývoj kvality vzdělávání od historie až po současnost.

Kapitola Projekt Třetí věk se poté podrobně zaměřuje na cíl práce. Výzkumná část je realizována v Městské knihovně v Lounech, kde je již od roku 2006 organizován vzdělávací cyklus Třetí věk. V rámci tohoto projektu se senioři vzdělávají v různých oblastech. Problematika je zde zkoumána prostřednictvím pozorování a rozhovoru přímo v průběhu vzdělávacích lekcí. Dále jsou uvedeny i další vzdělávací spolky působící na Lounsku. V závěru je práce zhodnocena a jsou uvedena doporučení pro další výzkumy.

TEORETICKÁ ČÁST

1 VYMEZENÍ A DEFINICE ZÁKLADNÍCH POJMŮ

1.1 GERIATRIE A GERONTOLOGIE

K definici základních pojmů využijeme speciálních pojmů jako je geriatrie a gerontologie. Obě disciplíny se zabývají stářím. Geriatrie je lékařská disciplína, která se stárnutím jakožto biologickým procesem zabývá a poukazuje na různé činitele, aspekty a odlišnosti tohoto pokročilého věku. Zabývá se zejména prevencí, léčbou stařeckých nemocí, či rehabilitacemi. V této práci se však více zaměříme na jí příbuznou vědu gerontologii, a to na gerontologii sociální. Právě ta řeší otázky vztahů mezi seniorem a společností. Zabývá se tedy integrací seniorů do společnosti, jejich aktivitami a postojem společnosti k nim. Tyto dvě disciplíny jsou však úzce propojené a nesmíme opomínat v přístupu k této věkové skupině ani jednu z nich.¹ Pro gerontologii, jejíž cílem obecně je kvalitnější život ve stáří, může být geriatrie velice nápomocna, protože neřeší jednoduše pouze prevenci, léčbu a definici nemocí. „Závažným úkolem geriatrie je formulování zdraví, především funkčního zdraví, a tím i normy ve stáří.“² Tyto normy mohou být základem pro poskytování kvalitních služeb seniorům.

1.2 STÁRNUTÍ A STÁŘÍ

Můžeme rozlišovat až tři sta teorií stárnutí, obecně je ale můžeme rozdělit do dvou kategorií, které nám postačí pro jednoduché vysvětlení procesu stárnutí. První kategorie se zabývá teorií stárnutí opotřebování, organismu, ta druhá vysvětluje stárnutí jako předem nastavený životní program vedoucí ke změnám v genech. Stárnutí se týká fyzických i psychických změn, vnějších i vnitřních. Jako vnější typické tělesné znaky stárnutí pozorujeme u člověka změnu vzhledu, zvýšený výskyt vrásek a šedivění vlasů.

¹ HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0. s. 7-8

² ČEVELA, R. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2012. ISBN 978-80-247-3901-4. s. 109

Proces stárnutí se může u každého jedince projevovat v různé intenzitě a míře. Je však pro každého člověka jasně dáno, že „*stárnutí ovlivňuje činnost buněk a chemickou skladbu jejich molekul, čímž nastává postupný pokles schopnosti adaptovat se na změny prostředí.*“³ Další důležitou změnou v organismu stárnoucího člověka je rozhodně posun hladin některých hormonů, které mají za následek orgánové a funkční změny. V průběhu stárnutí dochází i k morfologickým změnám člověka. Klesá obsah vody v těle, ale bohužel se snižuje i pocit žízně a potřeba pít, což může vést k dehydrataci. Obecně dochází ke změnám ve struktuře orgánů a jejich velikost a hmotnost se zmenšuje. Zvyšuje se riziko vzniku různých onemocnění jako je artritida, osteoporóza, poruchy zraku a sluchu, onemocnění prostaty a inkontinence, rakovina, infarkty, mrtvice, atd. „*Stárnutí je specifický biologický proces, který je charakterizován tím, že je dlouhodobě nakódovaný, nezvratný, neopakuje se, jeho povaha je různá, zanechává trvalé stopy, jeho rozvoj se řídí druhově specifickým časovým zákonem. Taktéž podléhá formálním vlivům prostředí.*“⁴ V důsledku biologických změn jsou funkce často velice omezeny a senior již nemůže zvládat běžné činnosti, kterým se doposud rád a bez problémů věnoval. „*Z hlediska psychologického podle Kurice o stáří začínáme mluvit zpravidla tehdy, když úbytek fyzických a psychických sil znemožňuje jednotlivci podávat plné výkony v procesech tělesné a duševní práce.*“⁵ V pokročilém věku si již může připadat neomalený a neschopný, protože se špatně učí novým věcem a ty staré již nabyté znalosti pomalu ztrácí. Je méně schopný adaptovat se na nové podmínky a řešit problémy a v důsledku toho může mít strach z budoucnosti. Proces stárnutí však není zapříčiněn jen biologickými změnami, ale může ho podpořit i stres a negativní rozpoložení seniora. Často pozorujeme rozdíly mezi jedinci stejného věku, kdy jeden se dožije vysokého věku bez závažných zdravotních omezení a druhý je již v na počátku stáří velmi omezený svou nemocností. Rozlišujeme proto stárnutí normální a patologické. „*Za normální stárnutí považujeme takové, ke kterému dochází pouze v důsledku plynutí času. Naopak stárnutí patologické závisí na nashromážděných poškozeních, vnikajících v důsledku nemocí nebo*

³ HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0. s. 28

⁴ Tamtéž, s. 30

⁵ Tamtéž, s. 35

působením faktorů prostředí, ve kterém jedinec žije.“⁶ Mezi faktory urychlující stárnutí řadíme stres, obezitu, alkohol a tabák či vysoký krevní tlak a mezi faktory zpomalující stárnutí patří klidné spaní, pohybová aktivita a zdravá strava. Zajímavé je, že proces stárnutí zpomaluje také společenské a pracovní zapojení. Zdá se, že to senioři také podvědomě tuší, z nedávné studie vyplývá, že 48,4% důchodců si přeje nadále pracovat. Je to nejčastěji z finančních důvodů, ale svou roli sehrává i chuť a potřeba pracovat či udržet si pevné zdraví. Proto také spousta důchodců pracují i v důchodovém věku, nebo si hledají nové aktivity. Jejich potřeba učit se něco nového, být psychicky aktivní a patřit do nějaké sociální skupiny roste se zlepšující se kvalitou života, kdy se snižuje jejich subjektivní pocit chronologického věku oproti jejich skutečnému věku. V 65 letech se mohou cítit na 50 let, tak proč by měli odcházet do důchodu a nutit se ke klidnému životu seniora?⁷

Snížené sebevědomí v důsledku ztráty dřívějších schopností, jako jisté obratnosti, bystrosti či rychlosti může mít za následek i nedůvěru v další aktivitu a strach ze selhání. Je dobré seniora zapojovat do nových a vhodných činností, kde se postupně může zdokonalovat, přiměřeně svému věku a schopnostem. Pokud se může učit stále nové věci a budou se mu učit snadno, tak nezatrpkne a nezleniví. S každou nově nabytou znalostí či schopností se tak jeho sebevědomí bude opět zvyšovat a jeho nová energie ho posílí v boji se stárnutím.

1.3 SENIOR

Nejdříve ze všeho bude nejvhodnější charakterizovat pojem senior, nebo jinak také starý člověk. Hrozenská a Dvořáčková (2013) charakterizují geriatrickou osobu jako osobu ve věku nad 65 let až po dlouhověkost, kterou definují věkem vyšším než 90 let. Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) je v současnosti jako starý člověk definován člověk starší 60 let. Dále stáří rozděluje do dalších čtyř kategorií – třetí věk od 60 do 74 let, čtvrtý věk od 75 do 89 let, vysoký věk od 90 do 99 let a staletí – osoby starší 100 let.

⁶ VIGUÉ, J. *Zdraví pro třetí věk*. 1. vyd. Čestlice: Rebo, 2006. ISBN 80-7234-536-2. s. 9

⁷ Tamtéž, s. 7-15

1.4 EDUKACE, AKTIVIZACE A ANIMACE

„Edukace znamená cílevědomý rozvoj celé osobnosti a vytváření podmínek tohoto rozvoje.“⁸ Edukací rozumíme vzdělávání a výchovu jedince zároveň. U vzdělávání dospělých se nehodí přímo hovořit o jejich výchově, protože tou si už dávno prošli. Ale přesto v procesu vzdělávání najdeme i výchovnou složku. Nově získané informace, znalosti a dovednosti mohou ovlivnit a měnit i jejich názory, postoje či chování. Proto je proces vzdělávání neoddělitelný od výchovy.

Tento vzdělávací a výchovný proces je však propojený také s aktivizací a animací, protože bez těchto dvou složek by nebyl realizovatelný. Právě aktivizace celý edukační proces aktivuje a uvádí do pohybu. Vzdělávaný je vhodnými podněty motivován k činnosti, rozvíjí se jeho vnitřní předpoklady a tím se podporuje jeho psychické i fyzické zdraví. Optimální je, pokud jsou aktivovány všechny složky jeho osobnosti. Aktivizace udržuje stav získaných dovedností, znalostí a schopností, ale slouží i jako prevence. Posilováním a aktivním používáním mysli je možno předcházet i stařeckým nemocem jako jsou poruchy paměti a koncentrace. Důležité je ale i sociologické hledisko aktivizace, které se zaměřuje na společenskou aktivitu seniorů. K eliminaci sociální izolace seniorů a v důsledku toho i negativních myšlenek výrazně přispívají společné činnosti seniorů. Edukace probíhá v různých institucích a může být různými způsoby zajištěna. V rámci edukace a aktivizace rozlišujeme tři různé druhy vzdělávání, a to vzdělávání formální, neformální a informální. Tyto formy jsou odlišné zejména tím, kdo vzdělávací proces poskytuje a organizuje. U formálního typu edukace probíhá ve vzdělávací instituci, kterou jsou např. univerzity třetího věku a akademie třetího věku. Neformální vzdělávání mohou organizovat i jiné instituce- obce, různé spolky, i rezidenční zařízení. Po celý život se ale učíme i nezáměrně a neuvědoměle prostřednictvím svých zkušeností a různých činností. Tento proces tedy není zajišťován žádnou institucí a hovoříme o informálním typu edukace.⁹

⁸ BENEŠ, M. *Andragogika, teoretické základy*. 2. vyd. Praha: EUROLEX BOHEMIA, s. r. o., 2013. ISBN 80-86432-23-8. s. 17

⁹ SALIVAROVÁ, J. *Edukace seniorů v evropském kontextu*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2014. ISBN 978-80-7452-102-7. s. 26-29

Zjednodušeně je možné říci, že aktivizace uvádí do pohybu mysl. V některých situacích se ale může stát, že senior je psychicky aktivní, snaživý a cílevědomý, ale nepovažuje svou aktivitu za smysluplnou. Základem úspěchu je i jeho vlastní zájem a prožívání pozitivních emocí při činnosti. Na tuto oblast, na ožívování duše, se zaměřuje animace. Tento pojem není v České republice příliš rozšířen, ale podílí se společně s edukací a aktivizací na zdravém stárnutí. Život seniora se může v případě absence pravidelné aktivity stát zdlouhavým, nudným a smutným. Senior potom ztrácí schopnost vidět či znovu najít smysl života a tím chátrá i jeho psychické zdraví. Tomuto negativnímu dopadu na lidské zdraví předchází a naopak k posílení potenciálu a celkovému rozvoji osobnosti seniora slouží edukace, aktivizace a animace.¹⁰

1.5 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ

Jako celoživotní vzdělávání obecně můžeme označit veškeré vzdělávání, které v průběhu života člověk získává. Může to být v rámci povinné i nepovinné docházky a může probíhat i formou rekvalifikačních kurzů, či výcviků. Realizují je vysoké školy, ale i další různé organizace. Na vysokých školách se jedná o typ vzdělávání podobný vysokoškolskému vzdělávání, ale studenti za něj musí hradit úplatu a nemůže jim být přidělen akademický titul – nemají právní postavení studenta. Po úspěšném dokončení obdrží osvědčení dle § 29 zákona č. 563/2004 Sb.

Součástí celoživotního učení a vzdělávání specifických skupin je andragogika (vzdělávání dospělých) a gerontagogika (vzdělávání seniorů).¹¹

1.6 ANDRAGOGIKA

Pojem andragogika můžeme přeložit jako vzdělávání dospělých. Samotný pojem andragogika se příliš neujal a v některých zemích se neuzívá vůbec. Výraz vzdělávání dospělých se v České republice i zahraničí používá častěji. Dospělým se myslí osoba, která má sociální status dospělého a již ukončila své vzdělávání ve formálním

¹⁰ SALIVAROVÁ, J. *Edukace seniorů v evropském kontextu*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2014. ISBN 978-80-7452-102-7. s. 26-29

¹¹ *Celoživotní vzdělávání*. [online]. [cit. 2018-01-27]. Dostupné z: <http://www.vysokeskoly.cz/akademicky-slovník/heslo/celozivotni-vzdelavani-2>

vzdělávacím systému. Nejdůležitější náplní života tohoto dospělého není studium, ale jsou pro něj hlavní jiné sociální role – rodič, zaměstnanec, partner. Odborně je andragogika „vědní obor v systému věd o výchově a vyučování, zaměřený na veškeré aspekty vzdělávání a učení se dospělých.“¹² Andragogika je vlastně doprovázení člověka v jeho cestě za poznáním a vzděláním, přičemž cílem je současně také jeho zařazení do společnosti. Při vzdělávání dospělých je však nutné brát v potaz jejich předešlé vzdělání a znalosti. Dospělí se vzdělávají s cílem zdokonalit se a rádi se učí věci praktické, ihned aplikovatelné. Proto je důležité navázat jejich vlastní zkušenosti na praxi. Z důvodu krátkodobější paměti je také vhodné rozdělit učivo do kratších vyučovacích bloků a minimalizovat rušivé vlivy pro co nejvyšší soustředění studentů.¹³

„Vzdělávání dospělých se nevztahuje na veškeré učení, ale na učení systematické, plánované, cílevědomé. Ve většině definic se proto označuje vzdělávání dospělých jako institucionalizovaný, organizovaný proces.“¹⁴ Z této definice, kde andragogika je popisována jako institucionalizovaný a organizovaný proces, je patrné, že i společnost má na tomto vzdělávání podíl. Jedná se zejména o zakládání vzdělávacích institucí a jejich podpora.

1.7 GERONTAGOGIKA

Z andragogiky se vyčleňuje další disciplína a to gerontagogika (geragogika). Zužuje skupinu dospělých ještě na skupinu seniorů. Jak již bylo popsáno v kapitole stárnutí a stáří, ke zpomalení stárnutí přispívá aktivní sociální život. Veliký význam pro upevňování sociálního zdraví má právě vzdělávání seniorů, volnočasové aktivity, věnování se svým zájmům. Zapojení do aktivit společně ve skupině s vrstevníky přináší příjemné pocity úspěchu, ocenění, seberealizace a zvýšeného sebevědomí. Mysl seniora je zaměstnána, paměť se trénuje a není dostatek času na negativní myšlenky a sebelítost.

¹² BENEŠ, M. *Andragogika, teoretické základy*. 2. vyd. Praha: EUROLEX BOHEMIA, s. r. o., 2013. ISBN 80-86432-23-8. s. 11

¹³ BOČKOVÁ, L. *50+ aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt, 2014. ISBN 978-80-904153-2-4. s. 62

¹⁴ BENEŠ, M. *Andragogika, teoretické základy*. 2. vyd. Praha: EUROLEX BOHEMIA, s. r. o., 2013. ISBN 80-86432-23-8. s. 15

„Gerontogogika by se neměla zaměřovat za jednoduché edukační a osvětové aktivity, např. jednorázové přednášky na zdravotnická témata.“¹⁵ Často se věnuje pozornost zejména vzdělávacím kurzům, které jsou praktické a uplatnitelné ihned v životě seniora (finanční gramotnost, výuka anglického jazyka, počítačová gramotnost). Nesmíme opomínat ale ani zájmové vzdělávání a takové předměty, které sice nebudou v praxi v takové míře využitelné, ale jedinec se díky nim může naplno věnovat tomu, co ho zajímá a baví. Vždyť kdy jindy by se měl více věnovat svým zájmům než v důchodu, kdy má konečně dostatek času pro sebe a svůj rozvoj.

Osobnost lektora

Ne každý pedagog může vzdělávat seniory. Při vzdělávání seniorů jsou jistě důležité některé charakterové vlastnosti lektora, jako určitá empatie, respekt a úcta k vyššímu věku. Lektor by měl rozhodně znát základy vhodné komunikace, měl by umět trpělivě naslouchat, mít pochopení pro různá onemocnění jako jsou poruchy řeči nebo sluchu, být trpělivý a ochotně zopakovat, pokud mu seniorem není rozumět. Komunikace se seniory má svá specifika. „Mezi zásady vhodné komunikace se seniorem můžeme řadit uvědomění, pozdrav a oslovení, vymezení vzájemných rolí, vytvoření vztahu laskavosti a důvěry.“¹⁶ Znamená to uvědomit si smysl a cíl rozhovoru. Na začátku rozhovoru slušně pozdravit, i to je v tomto případě důležité zmínit, v případě smyslových onemocnění seniora je dobré na sebe upozornit třeba tělesným kontaktem (položení ruky na rameno). Komunikace by měla být seriózní a přesto laskavá a oběma stranám příjemná.¹⁷ Mezi další zásady úspěšné komunikace patří předchozí příprava, poznání osobnosti seniora, získání informací o jeho zdravotním stavu, či zajištění příjemného prostředí pro rozhovor. Práce se seniory často svádí ke zvyšování hlasu, nebo k zjednodušování sdělovaného obsahu, protože můžeme mít pocit, že nás senior kvůli svému vysokému věku špatně slyší, nebo nám nemůže rozumět. To však vede u seniora k pocitům méněcennosti, proto bychom se takového chování měli vyvarovat.

¹⁵ ČEVELA, R. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2012. ISBN 978-80-247-3901-4. s. 39

¹⁶ HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0. s. 122

¹⁷ Tamtéž, s. 120-122

2 KVALITA ŽIVOTA SENIORA

2.1 SENIOŘI VE SPOLEČNOSTI

Stereotypně je na seniora i v dnešní společnosti stále pohlíženo jako na zcela neaktivní osobu, která si neklade již žádné vysoké cíle, její funkce není pro společnost nijak nezbytná. Ostatně aktivity seniora jsou opravdu často v jeho věku již omezeny, a to z důvodu různých zdravotních potíží a stařeckých nemocí. Mluvíme o ztrátě funkčních schopností s postupnou ztrátou soběstačnosti. Na seniora je často pohlíženo tak, že hlavní úkoly ve svém životě již vykonal a nic nového se od něj neočekává, je pouze odkázán na pomoc okolí. „*Shledává – nikoliv na základě vlastního úsudku, nýbrž na základě obrazu vytvářeného pohledem druhých, jež si však vbrzku zvnitřní -, že je tvorem bez potenciality. Všichni konstatují, strážlivě a neotřesitelně: To už jsi udělal.*“¹⁸ Pokud senior takový názor přejímá, vytváří však nevědomky také živnou půdu pro možné agresory ve svém okolí, kteří tohoto postoje využívají a dále jej posilují.¹⁹ Většina seniorů se s takovou rolí smíří, ale stále více se setkáváme s takovými seniory, kteří nacházejí smysl života v každodenních aktivitách a potřebují se cítit užiteční. Práce s touto věkovou skupinou se však neustále zkvalitňuje. K dispozici je dostatečná nabídka zajímavých aktivit, které vnáší do života seniorů znovu radost a energii. V dnešní době se věnuje stále větší pozornost právě seniorům a jejich společenskému životu, znovu začleňování do společnosti a udržování mezilidských kontaktů. Pokud se senior cítí dobře, uplatňuje se v nějaké sféře a je aktivní, lépe se pak může bránit proti možnému násilí, protože si je vědom své síly, sebevědomí a energie.

Soužití několika generací však není ovlivněno jen postojem mladých ke starým, ale i opačně – postojem starých lidí k mladším osobám. „*Senioři většinou rádi tráví alespoň část běžného dne mezi mladšími nebo dokonce velmi mladými lidmi, kteří jim*

¹⁸ AMÉRY, J. *O stárnutí*. 1. vyd. Praha: PROSTOR, s. r. o., 2008. ISBN 978-80-7260-207-0. s. 81

¹⁹ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8. s. 13

*již svou přítomností dodávají energii a optimismus.*²⁰ Senioři se cítí být v obraze a „in“, když tráví hodně času s mladými lidmi, ale často se stává, že zažívají také pocit zklamání, když zjistí, že mladým vlastně už nerozumí. Mohou se dostat do rozporu s jejich názory, nebo životním stylem a zjišťují, že jsou jiní. Začínají se mladým postupně vzdalovat a nemají si s nimi co říci. Tento problém v komunikaci může nastat i mezi seniorem a jeho pečovatelem. *„Problém odlidštěných zdravotních i sociálních služeb lze spatřovat nikoliv v neznalosti základních principů a technik komunikace, ale v tom, že visí ve vzduchu. Jsou zaměřeny převážně na technickou stránku bezchybného komunikačního procesu, nikoliv na obsahy sdělovaného.*²¹ Obě strany by tedy měly usilovat o vzájemné porozumění a o smysluplné sdělení i přesto, že jim může tato konverzace připadat nezajímavá a nepřínosná. Tento rozhovor totiž přináší spoustu výhod mladšímu i staršímu posluchači. Mladší posluchač se prostřednictvím vyprávění seniora dozvídá zajímavou cestou, jak se kdysi žilo. A sám na oplátku může seniorovi pomoci skrze své vyprávění dnešní hektický svět trochu přiblížit a pochopit.²²

²⁰ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8. s. 14

²¹ Tamtéž, s. 20

²² Tamtéž, s. 13

2.2 ZNEVÝHODŇOVÁNÍ STARŠÍCH LIDÍ Z DŮVODU VĚKU

„*Vnímání a chápání stáří vytváří společnost sama. Od toho se potom odvíjí sebereflexe starších.*“²³ Bohužel společnost nebyla v minulosti nikdy vedena k ocenění starých lidí, jejich životních zkušeností a moudrosti. Starší lidé bývají pro mladé a rychle žijící jedince spíše překážkou a přítěží. Tuto věkovou diskriminaci označujeme odborně jako ageismus. Diskriminace stáří však není přípustná. Jedná se o biologicky danou součást přírody, která se týká každého z nás a stárnutí čeká všechny. V důsledku ageizmu navíc znevýhodnění senioři prožívají nepříjemné pocity, mohou upadat do depresí, izolovat se, či užívat návykové látky. Senioři se však mohou stát obětmi nevhodného zacházení, jedná nebo dokonce zneužívání. Toto znevýhodnění bývá specifické tím, že je často spojeno s jejich závislostí na druhé osobě. „*Především v tomto kontextu se hovoří o elder abuse and neglect (EAN, syndromu zanedbávání a zneužívání seniorů) jako o zvláštní formě domácího násilí.*“²⁴

Je všeobecně známo, že i při shánění zaměstnání se starší lidé ocitají ve složité situaci a mají větší problém najít si práci, než lidé mladšího věku. Senioři působí na zaměstnavatele jako osoby, které jsou pomalejší, potýkají se se zdravotními problémy a v důsledku toho nejsou příliš zdatní. Dokonce je na ně často pohlíženo jako na práce neschopné. A nejen na seniory, ale i na osoby středního věku je již pohlíženo jako na osoby méněschopné. „*Teprve v posledních několika málo letech někteří zaměstnavatelé častěji akceptují názor, že pracovní kolektivy by měly být, pokud jde o věkovou skladbu, pestré a že životní zkušenosti starších pracovníků jsou přínosné.*“²⁵

Až v poslední době se tedy situace zlepšuje. Prostřednictvím vzdělávacích kurzů a rekvalifikací mohou dnes navíc senioři získávat i v pokročilém věku potřebné znalosti pro vykonávání nových pracovních pozic.

²³ HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0. s. 59

²⁴ ČVELA, R. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2012. ISBN 978-80-247-3901-4. s. 109

²⁵ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8. s. 12

2.3 ZDRAVOTNÍ ZNEVÝHODNĚNÍ SENIORŮ

Zdravotní stav s přibývajícím věkem přirozeně klesá na kvalitě bez návaznosti na konkrétní nemoc. Hovoříme o geriatrické křehkosti, která bývá různě definována. Obecně se však jedná o typické změny v organismu člověka, jako je nechutenství, rychlý úbytek váhy, únava, slabost, pomalá chůze či omezení hybnosti.²⁶ Mezi další časté tělesné změny v pokročilém věku patří úbytek svalové hmoty, změny termoregulace, změny činnosti smyslů, degenerativní změny smyslů, kardiopulmonální změny, změny v trávicím systému, změny vylučování moči a změny sexuální aktivity. Na rozdíl od nemocí mladšího věku se nemoci seniorského věku projevují typicky. Mezi typické zvláštnosti patří, že chorobné příznaky se projevují minimálně nebo některé zcela chybí (např. při infekci chybí horečka) a často nebývají specifické. Bohužel u seniorů i při běžných onemocněních může dojít k úmrtí. Starší člověk si je samozřejmě vědom oslabení své imunity a funkcí svých orgánů, a na nemoc reaguje různými způsoby. Může své potíže podceňovat, nebo přeceňovat a tím ztížit průběh své choroby. Bohužel negativně ovlivňuje léčbu často i samotný lékař.²⁷ „Analýzy ukazují, že vědecký přístup k terapii klesá s rostoucím věkem nemocného“.²⁸

2.4 PSYCHOLOGICKÉ ZVLÁŠTNOSTI SENIORSKÉHO VĚKU

Všechny výše popsané fyziologické změny samozřejmě negativně ovlivňují i psychiku stárnoucího člověka. A také mnoho kognitivních změn nastává v důsledku poklesu fyzického zdraví. Degenerativní změny smyslů, jako pokles kvality zraku a sluchu vyvolává u seniora pocity zmatenosti, depresí a často ho vede až k izolaci, protože ho komunikace s okolím vyčerpává více než dříve. Podobné je to s učením a pamětí, kde postupně dochází ke snížení kapacity paměti a celkově se paměť zhoršuje. To je nutné brát v potaz při edukaci seniorů a užívat zvláštních výukových metod, které seniorům usnadní učení se novým věcem. Jako samostatný předmět je možné vyučovat i trénování paměti, což je popsáno v podkapitole Vyučované předměty. Hrozbou všech

²⁶ ČEVELA, R. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2012. ISBN 978-80-247-3901-4. s. 117

²⁷ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Seniori mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8. s. 31-33

²⁸ Tamtéž, s. 32

seniorů je zcela jistě demence zapříčiněná degenerativní změnami mozkové tkáně. V jejím důsledku často vznikají další formy demence, velmi známou formou je Alzheimerova choroba. „V současnosti trpí 1/4 lidí starších 85 let demencí. Alzheimerova choroba se na tomto čísle podílí z 60 %. Ve věku nad 65 trpí touto nemocí každý 20. člověk.“²⁹ Alzheimerovu chorobu lékaři ještě nedovedou účinně léčit a mohou jen zpomalit její postup. „Pokud nebude nalezena a zavedena účinná léčba Alzheimerovy choroby, odhadují odborníci, že do roku 2050 vzroste počet nemocných v celém světě čtyřnásobně, minimálně na 100 milionů případů.“³⁰ Léčbou Alzheimerovy choroby a vývojem účinných léků se jako první zabýval projekt Plan Alzheimer zavedený ve Francii v roce 2008.³¹ Několik dalších zemí si vypracovala svou vlastní variantu plánu, včetně České republiky, kde byl schválen r. 2016 Národní akční plán pro Alzheimerovu nemoc a další obdobná onemocnění na období 2016-2019. Jeho cílem je zlepšování kvality života osob s výskytem této nemoci a pomoc i jejich rodinám. Dále má např. zlepšit informovanost, podpořit vzdělávání a zajistit vznik nových center zaměřených na Alzheimerovu nemoc i výzkum.³² V České republice se snaží pomáhat lidem s diagnózou Alzheimerovy choroby také Česká alzheimerovská společnost. Její pozornost je zaměřena i na rodiny seniorů s demencí, které nepochybně také zažívají složitou životní situaci v péči o své blízké.³³

Ve starším věku často dochází k izolaci seniora, protože již zkrátka nerozumí světu mladých, nemá dostatek sil na to, aby „šel s dobou“. Obvyklá je vyšší úmrtnost jeho vrstevníků i velmi blízkých osob (partner), což u něj může vést k pocitu, že už ho také nic kromě smrti nečeká. V takové životní etapě je pro něj velice důležitý pocit opory a blízkosti člověka. Velmi vhodným místem, kde tyto základní potřeby může naplnit, může být právě škola pro seniory. Zde se dostane do nové sociální skupiny svých vrstevníků, kteří mají podobné životní zkušenosti a mohou se vzájemně podpořit.

²⁹ *Alzheimerova choroba* [online]. [cit. 2018-01-01]. Dostupné z: <http://www.alzheimercentrum.cz/alzheimerovo-onemocneni/>

³⁰ Tamtéž

³¹ HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8. s. 136

³² *Národní akční plán pro Alzheimerovu nemoc byl schválen* [online]. [cit. 2018-01-01]. Dostupné z: http://www.mzcr.cz/dokumenty/narodni-akcni-plan-pro-alzheimerovu-nemoc-byl-schvalen_11387_1.html

³³ *Česká alzheimerovská společnost* [online]. [cit. 2018-01-01]. Dostupné z: <http://www.alzheimer.cz/>

V neposlední řadě zmíníme i sexualitu seniorů, která je i ve stáří požadována, protože poskytuje právě onen potřebný pocit lásky, opory a blízkosti. Jedná se o naprosto přirozenou součást života seniorů, kterou si však zejména mladí lidé nedokáží představit a to vede ke klasickým mýtům o bezpohlavním stárnutí.³⁴

³⁴ HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0. s. 35-43

3 SYSTÉM ZDRAVOTNÍ A SOCIÁLNÍ PÉČE O SENIORY V ČESKÉ REPUBLICE

Kvalita života seniora a celkově i jeho aktivita se odvíjí zejména od jeho zdravotního a psychického stavu. Optimální zdravotní stav seniora i jeho sociální život by měla na prvním místě podporovat rodina. Nápomocen by jí měl být svou kvalitní péčí také stát a společnost. Informace, na jakou zdravotní a sociální péči mají senioři nárok v České republice, jsou obsaženy v následujících podkapitolách.

3.1 DŮCHODOVÝ SYSTÉM

V České republice je vytvořen důchodový systém, ale není nastaven příliš efektivně, protože se řídí chronologickým věkem. Stárnutí však probíhá u každého jedince individuálně a mohou nastat dvě různé, neoptimální situace. Pracující může mít již nárok na starobní důchod, ale nemusí se ještě cítit vyčerpaný a proto nechce z trhu práce odejít. Druhou variantou, která může nastat, je situace, kdy je pracující unavený ze svého zaměstnání, ale ještě nemá dostatečný věk na odchod do důchodu. V zahraničí se už zavádí flexibilnější systém, kdy mají starší lidé nárok využít částečného důchodu, který zkracuje pracovní úvazek a částečně dorovnává výši plné mzdy.³⁵

3.2 ZDRAVOTNÍ PÉČE O SENIORY

Zdravotní péči seniorovi poskytuje hlavně primární lékař pro dospělé. Dalšími složkami primární péče jsou domácí ošetrovatelská služba, pečovatelská služba a jiné neziskové organizace. Při domácí ošetrovatelské péči patří mezi klasické činnosti ošetrovatele aplikace inzulínu, ošetření ran, fyzioterapie a poradenství. *„Domácí ošetrovatelská péče je poskytována na doporučení praktického lékaře a je hrazena z prostředků zdravotního pojištění. Tato péče je zajištěna různými agenturami, státními, městskými, charitativními či soukromými. Pro domácí péči je nezbytné, aby klinický stav seniora*

³⁵ BOČKOVÁ, L. *50+ aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt, 2014. ISBN 978-80-904153-2-4. s. 67

*byl stabilizovaný, aby domácí prostředí umožňovalo poskytovat péči, která předpokládá během dne i zapojení rodiny nebo jiného laického pečovatele.*³⁶

3.3 SOCIÁLNÍ PÉČE O SENIORY

Sociální práce je potřebná u ohrožených seniorů, jako jsou samostatně žijící a nesoběstační, dlouhodobě nemocní či právě propuštění z nemocnice. Dále je sociální práce potřebná u lidí žijících izolovaně či v nevhodných bytech, u lidí, jejichž funkční schopnosti jsou omezeny, potažmo pak tedy i jejich soběstačnost. Staří lidé bývají často zmatení, depresivní, či vystavení špatnému zacházení. Kvalita jejich života zkrátka neodpovídá normálu, na který byli dříve zvyklí. Společenský život jedince je ovlivněn často právě zdravotním stavem, proto je pro sociálního pracovníka nutné spolupracovat i s lékaři. Z důvodu ohroženosti seniora, u kterého je sociální pomoc nezbytná, bývá vztah mezi ním a sociálním pracovníkem velmi křehký. Senior se kvůli špatným zkušenostem a nepříjemným problémům mnohdy necítí bezpečně a nedůvěřuje svému okolí. Sociální pracovník mu musí poskytnout potřebnou oporu a pocit jistoty. Sociální práci se starými lidmi dělíme podle různých prostředí a to na zdravotnická zařízení, domácí prostředí a rezidenční zařízení.

Při komunitní práci se již nejedná o práci s jedním klientem, ale o činnost zaměřenou na celé skupiny seniorů, kde hlavním cílem je jejich integrace do společnosti. Tím se předchází sociálnímu vyloučení a dalším sociálním problémům. Prospěšné jsou i aktivity, kde se setkává více generací najednou a předávají si navzájem poznatky a zkušenosti. Programy nabízející takové aktivity jsou různého zaměření a každý si může podle svých zájmů vybrat. Díky zdravému sociálnímu životu je předcházeno i zdravotním komplikacím, jako je např. demence, zmatenost, či Alzheimerova choroba. Tyto aktivity však slouží i jako prevence pohybových onemocnění – senior si svým pravidelným pohybem a aktivitou zkrátka utužuje zdraví.³⁷

³⁶ HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0. s. 60-61

³⁷ Matoušek, Oldřich et al. *Sociální práce v praxi*. 1. vyd. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X. str. 168 – 173.

Vzdělávací projekty bezesporu patří do komunitní péče o seniory. Ti se zde dostávají do nové sociální skupiny, do skupiny lidí, kteří se scházejí se stejným cílem něco nového se naučit a zdokonalit se ve svých znalostech a schopnostech. Pokud je senior členem nějaké sociální skupiny, přizpůsobuje se jí a novým věcem, seznamuje se s novými technologiemi a informacemi. Nadále může tedy vést plnohodnotný život a je v kontaktu s realitou. Nachází své místo a uplatnění ve společnosti a proto si nepřipadá nepotřebný.

3.4 ZAŘÍZENÍ PRO SENIORY

Pokud je senior natolik nemocný, že se již o sebe nedokáže sám postarat, je umístěn do některého z pobytových zařízení. V České republice rozlišujeme několik druhů těchto zařízení, a to domy s pečovatelskou službou, domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem a domovy pro osoby se zdravotním postižením. Všechna tato zařízení jsou určena osobám se sníženou soběstačností. Tento stav vyžaduje dlouhodobou pomoc a může vznikat z různých důvodů. V případě seniorů umístěných v domech s pečovatelskou službou to bývá z důvodu těžkého postižení, v klasických domovech pro seniory z důvodu věku. Domovy se zvláštním režimem jsou vhodné pro osoby, které nejsou soběstačné z důvodu dlouhodobého duševního onemocnění, demence či různých typů závislostí. Z názvu domova pro osoby se zdravotním postižením je nám již zřejmé, pro které osoby je tento typ zařízení určen.³⁸ Dalšími zařízeními sociální péče jsou také kluby důchodců, které zřizují nejčastěji obce. Senioři a osoby s těžkým zdravotním postižením se v tomto zařízení setkávají a účastní se společně různých zájmových aktivit. Podílí se také na společenském a kulturním dění obce. Cílem tohoto zařízení je tedy podpora aktivního života seniorů a osob s těžkým zdravotním postižením.³⁹

³⁸ HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0. s. 64-65

³⁹ KRÁLOVÁ, J. a RÁŽOVÁ, E. *Zařízení sociální péče pro seniory a zdravotně postižené občany*. Olomouc: ANAG, 2001. 286 s. ISBN 80-7263-083-0. s. 111

4 CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ

Vzdělávání by každého jedince mělo obklopovat po celý život a ne jen po dobu jeho školní docházky. Navíc kvalitní vzdělání není výhodou jen pro jedince, ale je základním faktorem i pro celkový rozvoj celého území. Už proto, že učení je celoživotní a nekončící proces, měly by tomu i nabídky vzdělávání odpovídat a lidem umožnit přístup k získávání dalších znalostí a dovedností i v dospělém a seniorském věku. Nejvíce se vzdělává mladá generace, která se připravuje na své budoucí povolání. Během života pak člověk neustále plní náročné a nové sociální role zaměstnance, partnera, rodiče. I přesto ale může pokládat jako jednu ze svých priorit vzdělání. „*Největší zájem o další vzdělávání projevují lidé ve věku 50 až 54 let: 70% z nich by se rádo dále vzdělávalo.*“⁴⁰ S přibývajícím věkem již zájem o vzdělávání klesá. Ale v době nástupu do důchodu člověk náhle získává více času pro sebe a další osobní růst. S věkem roste také schopnost jedince plnohodnotně využívat svých životních zkušeností a znalostí. Tomu se úměrně zvyšuje i jeho sebevědomí, proto je i toto životní období často impulsem k další pravidelné vzdělávací aktivitě.

Od roku 1950, kdy měla většina obyvatel České republiky ukončeno pouze základní vzdělání, se situace výrazně změnila. Snížil se a nadále se snižuje rozdíl v dosaženém vzdělání mezi ženami a muži a celkově sledujeme nárůst počtu osob s vyšším dosaženým stupněm vzdělání. Přímo celoživotnímu vzdělávání se pozornost věnuje od roku 1989, kdy v souvislosti s rozvojem nových technologií roste také potřeba uplatnění na trhu práce. „*Celoživotní vzdělávání z hlediska realizace může nabývat několika podob, a to vzdělávání formálního, neformálního a informálního.*“⁴¹ Formální vzdělávání spadá do národního vzdělávacího systému, zahrnuje všechny typy škol, denní i dálkovou formu studia a jeho cílem je absolvování určitého stupně vzdělání. Neformální typ vzdělávání se nevztahuje na školy, ale probíhá v různých specializovaných zařízeních a většinou se jedná o vzdělávací kurzy, rekvalifikace, přednášky a školení, která vedou odborní lektori. Pod tento typ vzdělávání jsou

⁴⁰ BOČKOVÁ, L. *50+ aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt, 2014. ISBN 978-80-904153-2-4. s. 58

⁴¹ HEŘMANOVÁ, E. *Lidské zdroje, celoživotní vzdělávání a vzdělávání seniorů v Česku a EU*. [online]. [cit. 2018-01-28]. Dostupné z: http://www.kdem.borec.cz/P_PDF/Hermanova.pdf

zahrnuty Univerzity třetího věku. Poslední typ, informální vzdělávání, není pravidelně organizováno, ale jedná se o jednorázové aktivity. Není zde žádné přítomno odborné vedení a jedná se o samostudium a prohlubování vlastních znalostí. Často tento typ využívá právě ta část populace, která již je v důchodovém věku.⁴²

„Hlavním smyslem rezoluce OSN č. 46 z roku 1991 byla snaha zlepšit postavení seniorů ve společnosti z hlediska jejich nezávislosti, sociální integrace, možností seberealizace a zachování důstojnosti.“⁴³ K tomu všemu může přispět právě vzdělání.

4.1 INSTITUTE ZAJIŠŤUJÍCÍ VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Mezi základní instituce zajišťující vzdělávání seniorů řadíme Univerzity třetího věku, Akademie třetího věku a Kluby aktivního stárnutí. *„Termín „třetí věk“, užívaný jako součást názvů univerzit, symbolizuje aktivní osoby v důchodu, zatímco termín „čtvrtý věk“ je symbolem označujícím skutečně velmi staré lidi, kteří již nejsou aktivní.“⁴⁴ Nesmíme opomínat však ani nejrůznější spolky, projekty, či sdružení, v rámci nichž vzdělávání seniorů též může probíhat.*

4.1.1 UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU (U3V)

První myšlenky ohledně univerzit třetího věku vznikaly ve Francii, na univerzitě v Toulouse již v roce 1973, kde byly tehdy také organizovány první kurzy malířství. Později se tyto univerzity rozšířily i do zahraničí a to vedlo k *„založení mezinárodních sdružení AUITA a EFOS, jež se zabývají jak podporou universit třetího věku, tak i obecnými otázkami životních podmínek seniorů.“⁴⁵ V Československu vznikaly první univerzity třetího věku od roku 1986, ve spojení s Univerzitou Palackého v Olomouci. *„V roce 1993 byla v České republice založena Asociace univerzit třetího věku, která má 31 aktivních členů.“⁴⁶ Aktuálně neexistuje databáze s informacemi o počtu univerzit**

⁴² HEŘMANOVÁ, E. *Lidské zdroje, celoživotní vzdělávání a vzdělávání seniorů v Česku a EU*. [online]. [cit. 2018-01-28]. Dostupné z: http://www.kdem.borec.cz/P_PDF/Hermanova.pdf

⁴³ Tamtéž

⁴⁴ Tamtéž

⁴⁵ Tamtéž

⁴⁶ ONDRÁKOVÁ, J. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012. ISBN 978-80-7465-038-3. s. 46

a jejich činnosti v České republice.⁴⁷ Alespoň pro příklad, university třetího věku jsou zřízeny na těchto vysokých školách – Univerzita Karlova v Praze, Masarykova univerzita v Brně, Vysoká škola ekonomická v Praze, Univerzita Palackého v Olomouci, Univerzita v Pardubicích a spousta dalších.

Univerzity třetího věku jsou provozované vysokými školami a výši úplaty školného, které stanoví děkan fakulty, si hradí senioři sami. Za toto školné se platí za jeden semestr maximálně 500,- Kč. *Program celoživotního vzdělávání Univerzita třetího věku je zpravidla určen zájemcům, kteří dosáhli důchodového věku a mají střední vzdělání s maturitní zkouškou.*⁴⁸ Univerzity třetího věku umožňují postproduktivním osobám vhléd do univerzitního vzdělávání a dávají tak možnost vysokoškolské vzdělávání všem bez rozdílu věku. Senioři se proto mohou i ve svém věku seznamovat s novými informacemi, a to podle svých zájmů a potřeb, třeba v oblasti techniky, kultury, politiky či vědy.⁴⁹ Nejen to je ale důvodem k dalšímu vzdělávání, impulsem může být i potřeba zůstat aktivní, udržet si kontakt s okolím a mladší generací, nebo potřeba cítit se užitečný. „*Odhaduje se, že všechny U3V v ČR mají v současné době více než 5 000 seniorských studentů, přičemž programy jsou velice rozmanité.*“⁵⁰ Po úspěšném dokončení studia, které bývá zpravidla dlouhé jeden až tři roky, jsou senioři promováni a obdrží osvědčení o absolvování, ale nezískávají vědecký titul.

4.1.2 VIRTUÁLNÍ UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU

Virtuální Univerzity třetího věku umožňují i seniorům z menších měst či venkova účastnit se univerzitního vzdělávání v blízkosti svého bydliště. Tato forma studia má teprve zhruba dvacetiletou tradici a může být alternativou i pro ty seniory, pro které jsou vysoké školy a krajská města nedostupná ze zdravotních důvodů. V tomto případě senioři docházejí do konzultačních středisek, kde v kolektivu sledují přenos přednášky z internetu na promítací plátno. Přednášky jsou předem nahrané vysokoškolskými

⁴⁷ HEŘMANOVÁ, E. *Lidské zdroje, celoživotní vzdělávání a vzdělávání seniorů v Česku a EU*. [online]. [cit. 2018-01-28]. Dostupné z: http://www.kdem.borec.cz/P_PDF/Hermanova.pdf

⁴⁸ *Univerzita třetího věku*. [online]. [cit. 2018-01-27]. Dostupné z: <https://www.cczv.cuni.cz/CCZV-15.html>

⁴⁹ Tamtéž

⁵⁰ ČEVELA, R. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2012. ISBN 978-80-247-3901-4. s. 39

lektory. Přednáška trvá zhruba hodinu a půl a senioři na ní dochází jednou za 14 dní. Po každé přednášce následuje diskuze a senioři vypracují kolektivně test, který slouží k ověření pochopení výkladu. Následuje doba dvou týdnů samostudia, kdy senioři mohou na základě vlastního zájmu plnit další testy v prostředí svého domova – prostřednictvím internetu, nebo vyplněním tištěné formy. Na konci studia se vyplňuje také závěrečný test, který je podmínkou pro úspěšné ukončení. I na virtuální přednášce je přítomen lektor, který plní společenskou a administrativní roli, spouští přednášky a dohlíží na jejich průběh. Po ukončení šesti semestrů senior obdrží „Osvědčení o absolvování Univerzity třetího věku“.⁵¹ Seznam konzultačních středisek je k nalezení na webových stránkách e-senior.czu.cz. V rámci praktické části práce, která zkoumá kvalitu vzdělávání seniorů na Lounsku, bylo zjištěno, že v regionu Lounska je konzultační středisko zřízeno v obci Staňkovice, což je obec blízka Žatci a lounským je spíše vzdálená

4.1.3 AKADEMIE TŘETÍHO VĚKU

Akademie třetího věku jsou velmi podobné svou organizací a vzděláváním univerzitám třetího věku. Nemusí být však provozovány jen vysokými školami, ale i jinými institucemi – městem, krajem, knihovnou, apod. Mohou tedy vznikat i v místech, kde vysoké školy nejsou.

4.1.4 KLUBY AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ

Kluby aktivního stárnutí nemají tak ucelený koncept vzdělávání jako výše uvedené instituce, ale vhodně je doplňují svým kulturním a zájmovým zaměřením. Poskytují sociální kontakt seniorům a tím předchází jejich izolaci a samotě.

⁵¹ *Projekt virtuální univerzita třetího věku.* [online]. [cit. 2018-01-27]. Dostupné z: Dostupné z: www.dsmseno.cz/admin/userfiles/files/DSM-VU3V.doc

4.1.5 UNIVERZITY VOLNÉHO ČASU

Studenty univerzit volného času nemusí být pouze senioři, ale i další sociální skupiny, jako matky na mateřské dovolené, invalidní důchodci či nezaměstnaní v produktivním věku. Vyjmenované skupiny nemusí platit kurzovné a hradí jen symbolickou částku. Univerzity mohou mít vlastní finanční rozpočet, protože mohou být zřízeny i bez existence vysokých škol.⁵²

4.1.6 DALŠÍ FORMY VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ

Existují i další možnosti, jak se senioři mohou vzdělávat. V současné době se rozšiřuje forma počítačového vzdělávání prostřednictvím různých e-kurzů spojených s dalšími online aktivitami. Tato možnost je v současnosti žádanější z důvodu stále rostoucí počítačové gramotnosti seniorů. Vzdělávací aktivity mohou být také součástí denního programu domovů pro seniory. Zde se jedná spíše jen o zájmové aktivity - tvořivé činnosti, ruční práce apod. Aktivity jsou často jednorázové. Jak se organizuje vzdělávací nabídka v domově pro seniory v Lounech, je popsáno v kapitole Vzdělávání seniorů na Lounsku – podkapitola Domov pro seniory.⁵³

⁵² KLEVETOVÁ, D. *Motivační prvky při práci se seniory*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing, 2017. ISBN 978-80-271-0102-3, s. 63

⁵³ ONDRÁKOVÁ, J. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012. ISBN 978-80-7465-038-3, s. 48

5 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V ČESKÉ REPUBLICE

5.1 HISTORIE

Ohledně historie je vývoj vzdělávání dospělých pestrý. O lidovou osvětu se v minulosti snažili někteří politici, vlastenci a další osobnosti, v druhé polovině devatenáctého století dokonce již vznikají první vzdělávací a volnočasové spolky. Ovšem až po vzniku československého státu získává vzdělávání dospělých podporu od oficiálních orgánů i po legislativní a finanční stránce. „Vzdělávání bývá primárně zaměřeno na přímou kultivaci znalostí nebo dovedností. Pokud mění i postoje vzdělaného člověka (což je možné a často to od vzdělávání skutečně požadujeme), činí tak spíše nepřímou, tedy spolu s nabízením určitých znalostí a dovedností.“⁵⁴ Z historických údajů dokonce vyplývá, že špatně fungující edukace může negativně ovlivnit celou společnost a její rozvoj.⁵⁵ „Nově vzniklá Československá republika musela obhájit svou existenci, najít identitu a řešit hospodářské, sociální a národnostní problémy. Jedna z cest byla podpora vzdělávání dospělých.“⁵⁶ Docházelo k rozvoji nových typů vzdělávání, k dalším formám rekvalifikací apod. „V roce 1918 byl schválen také první a doposud jediný zákon ke vzdělávání dospělých“.⁵⁷ Další důležitou etapou pro rozvoj tohoto vzdělávání byla šedesátá a sedmdesátá léta minulého století, kdy jsou po druhé světové válce konečně k dispozici finanční prostředky pro programy tohoto druhu, roste technologický vzestup a v důsledku toho jsou zapotřebí nové kvalifikace. Vzdělávání dospělých začíná být považováno za rovnocenného partnera vzdělávání mládeže.

5.2 SOUČASNOST

V současnosti kvalita vzdělávání neustále roste a počet lidí, kteří mají potřebu se vzdělávat i v dospělosti, stále roste. Vzdělávání dospělých se považuje za součást

⁵⁴ PLAMÍNEK, J. *Vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2010. ISBN 978-80-247-3235-0. s. 32

⁵⁵ BENEŠ, M. *Andragogika, teoretické základy*. 2. vyd. Praha: EUROLEX BOHEMIA, s. r. o., 2013. ISBN 80-86432-23-8. s. 17

⁵⁶ Tamtéž, s. 29

⁵⁷ Tamtéž, s. 28

celoživotního vzdělávání a již neznamena jen volnočasovou zábavu a věnování se svým zájmům, ale i odbornou kvalifikaci s cílem lepšího uplatnění na trhu práce. Je specifické i tím, že dospělý člověk si naprosto uvědomuje své zájmy a nadání a chce se vzdělávat. Jeho uvědomělost a zejména dobrovolné začlenění do vzdělávacího procesu velmi napomáhá k efektivitě vzdělávání. Dospělí se zajímají o fakta a rádi se učí praktickým a využitelným věcem.⁵⁸ Nabídka vzdělávání stále roste a profiluje se i do jednotlivých odbornějších kurzů.

„Staří lidé mají zkušenosti a strategie řešení problémů, které mnohdy mladý člověk mít nemůže. Jde o zkušenosti z překonaných krizí, životních zklamání. Mají tedy specifické kompetence, potenciály a schopnosti (moudrost stáří, která není každému daná). Ale tady jako u všech ostatních schopností a znalostí platí – když se nevyužívají, vede to k jejich retardaci.“⁵⁹

Vzdělávání v seniorském věku můžeme rozdělit do několika oblastí, a to na preventivní, rehabilitační, volnočasovou a anticipační. Preventivní oblast vzdělávání zahrnuje osvětu a šíření informací o zdravém stárnutí a o tom, jak předcházet stařeckým nemocím a vést tak plnohodnotný život i ve stáří. Oblast rehabilitační se zaměřuje na obnovení starších znalostí a dovedností, zatímco volnočasová seniorům poskytuje poznatky nové a poskytuje motivaci ke společenskému životu a volnočasovým aktivitám. Velice důležitá je anticipační sféra, které seniory seznamuje s technologickým vývojem a obecně novinkami ve vědě, vzdělávání, zdravotnictví apod. Tím se udržují senioři neustále v kontextu společenského vývoje.⁶⁰ Zajímavé jsou výsledky kvantitativních výzkumů, které sledují účast seniorů na veřejných aktivitách v okolí jejich bydliště. V rámci jednoho z těchto šetření bylo zjištěno, senioři se příliš pořádaných veřejných aktivit neúčastní – 30 % respondentů se účastní alespoň někdy, 22 % z nich se účastní aktivit zhruba jednou měsíčně, pouze 8 % se účastní jednou týdně a celých 70 % se aktivit neúčastní nikdy. Přirozeně účast klesá se zvyšujícím se věkem a přibývajících nemocemi. Ženy jsou přibližně stejně aktivní jako muži, ale muži

⁵⁸ BARTÁK, J. *Jak vzdělávat dospělé*. 1. vyd., Praha: Alfa Nakladatelství, 2008. 200 s. ISBN 978-80-87197-12-7., s. 26

⁵⁹ BENEŠ, M. *Andragogika, teoretické základy*. 2. vyd. Praha: EUROLEX BOHEMIA, s. r. o., 2013. ISBN 80-86432-23-8. s. 140

⁶⁰ ČEVELA, R. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2012. ISBN 978-80-247-3901-4. s. 38

projevují větší zájem o politické dění. „*Angažovanost seniorů stoupá s jejich vzděláním a s příjmem domácnosti, aktivněji se projevují lidé, kteří bydlí ve vlastním bytě.*“⁶¹

⁶¹ VIDOVIČOVÁ, L. et al. *Stáří ve městě, město v životě seniorů*. 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2013. 371 s. ISBN 978-80-7419-141-1. s. 185

PRAKTICKÁ ČÁST

6 CÍL PRÁCE

Cílem prováděného výzkumu je podrobné zmapování nabídky vzdělávání seniorům na Lounsku. Dále bude zjišťována kvalita vzdělávání a samotné výuky seniorů.

6.1 METODY PRŮZKUMU

Průzkum bude zajištěn dvěma metodami – pozorováním a rozhovorem. Metody budou využity přiměřeně k podmínkám, za kterých bude vyučování probíhat.

6.1.1 POZOROVÁNÍ

V oblasti vzdělávání seniorů bude využito pozorování jako nejrozsáhlejší metoda průzkumu. Při práci se seniory budou pozorovány veškeré jejich projevy chování. Ať už se jedná o nadšení, aktivitu a zapojení do činnosti nebo lhostejnost, negativismus či zavrnutí nabízených činností, vše bude podrobně rozepsáno v praktické části práce.

6.1.2 ROZHOVOR

Pozorování je vcelku jednoduchou metodou, která nevyžaduje příliš mnoho přípravy a zapotřebí je pouze aktivní a bystrý pozorovatel. Při zprostředkování této metody dalším jedincům však může dojít k individuálnímu přetváření výsledků působením jeho subjektivních názorů, předešlých zkušeností nebo i momentální nálady. Některé osoby se navíc neprojevují natolik otevřeně, aby jejich názory byly okolí jasně čitelné. Proto bude kromě pozorování využito ještě metody rozhovoru. Rozhovor bude probíhat jen s vybranými jedinci, a to příležitostně, v případě potřeby ujasnění některých jevů v rámci pozorování.

6.2 HARMONOGRAM POSTUPU

S Městskou knihovnou bude domluvena osobní přítomnost autorky práce přímo na některých vzdělávacích lekcích projektu Třetí věk. Lekce probíhají v prostorách městské knihovny a zde bude využito metod pozorování a rozhovoru. Informována bude nejprve paní ředitelka městské knihovny a následně i ostatní lektori. Pozorování bude probíhat během samotných lekcí. Bude sledována aktivita seniorů a jejich spolupráce s lektorem. Podle náročnosti lekce a reakcí seniorů na požadované úkoly bude možno obecně zhodnotit i dosažený stupeň znalostí seniorů a výsledky práce na předchozích lekcích. Rozhovory s respondenty budou probíhat před anebo po skončení vyučovacích bloků, aby se nenarušovala výuka.

Méně známou organizací je Lounský senior klub, který bude také zmíněn, protože i zde příležitostně probíhá vzdělávací činnost. Dále budou uvedeny informace o činnosti organizace Domov pro seniory v Lounech, které budou zjištěny rozhovorem se zástupkyní ředitele zařízení. Budou zjišťovány možnosti a nabídka vzdělávání pro ubytované seniory v zařízení. Okrajově bude zmíněno i Vzdělávací centrum Podkrušnohoří, které má sídlo v Žatci. Toto město je svou polohou pro lounské dobře dostupné, proto je pro ně možné vzdělávat se i zde.

6.3 VÝZKUMNÝ VZOREK

Výzkum bude prováděn v městské knihovně v Lounech, protože je zde již po několik let organizován zajímavý projekt Třetí věk, který poskytuje vzdělávání seniorům v mnoha oblastech. Město Louny je pro autorku dostupné a vedení knihovny zde umožňuje výzkum realizovat. Výzkumným vzorkem budou studenti vzdělávacího projektu Třetí věk, kteří se účastní vzdělávacích lekcí. Jedná se o střední a starší generaci, převážně osoby důchodového věku. Tyto osoby mají různé předchozí vzdělání a zaměstnání. Studenti jsou převážně obyvateli Loun a okolí, ale někteří dojíždí i ze vzdálenějších míst (Žatec apod.) Současně může být sledováno maximálně deset osob, protože skupiny jsou menšího počtu. Popsány budou i s projektem související akce a spolky.

7 VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ NA LOUNSKU

7.1 Městská knihovna Louny

Institucí, která přímo v Lounech podporuje vzdělávání seniorů, je Městská knihovna. Je organizátorem programu Třetí věk, jehož vzdělávací nabídka se velice rozrostla od jeho zahájení v roce 2006 a i nadále roste. Bohatá nabídka vzdělávacích předmětů je k nalezení v příloze práce (Příloha A). Tento projekt je podrobně popsán v kapitole Třetí věk, kde je část textu věnována i ostatním kulturním akcím městské knihovny.

7.2 LOUNSKÝ SENIOR KLUB

Důležitým aspektem úspěšného a zdravého stárnutí je i plnohodnotný sociální život. Pokud se však senior necítí příliš sebevědomě, anebo ho nabídka vzdělávacích kurzů z nějakého jiného důvodu neosloví, může využít i jiné možnosti společenských aktivit. V Lounech takovou zájmovou činnost organizuje Lounský senior klub. Klub se řídí heslem „Aby člověk nebyl nikdy sám...“ Klub je členem projektu Senzační senioři (SenSen), který zapojuje tisíce seniorů v České republice do svých aktivit. Projekt SenSen vytváří nové projekty pro aktivní seniory a vyhlašuje různé soutěže, např. cena Senior roku. Svoji činností se snaží předcházet izolaci seniorů a nepříjemným pocitům nepotřebnosti, samoty, či deprese.⁶² Členové lounského senior klubu se účastní zajímavých akcí, poznávacích zájezdů, pěších pochodů. V klubu se ale konají i různé přednášky a besedy. V roce 2017 to byla třeba přednáška Policie na téma sebeobrana seniorů, nebo beseda s europoslancem.⁶³

⁶² Úvodní stránka. [online]. [cit. 2018-02-02]. Dostupné z: <http://old.sensen.cz/uvodni-stranka/>

⁶³ Rok 2017. [online]. [cit. 2018-02-02]. Dostupné z: <http://www.lclubsenior.estranky.cz/clanky/rok-2017/>

7.3 DOMOV PRO SENIORY U PRAMENE, LOUNY

Hlavní náplní Domova pro seniory Louny je zajištění sociálních a zdravotních služeb seniorům, kteří se ocitli nepříznivé sociální nebo finanční situace. V důsledku toho je snížena jejich soběstačnost, je oslaben jejich zdravotní stav a musí si zvykat na ztrátu svých předešlých schopností a běžných životních návyků. Kromě klasických poskytovaných služeb, jako je ubytování, stravování, ošetrovatelská péče a osobní pomoc si každý Domov pro seniory volí také svůj druh a šíři aktivizačních činností a sociálně terapeutické činnosti. V Domově pro seniory v Lounech byl v rámci aktivizačních činností jako zájmová aktivita zaveden Taneční kroužek a Muzikoterapie – společné zpívání. Tyto kroužky probíhají jednou týdně. Kroužkem, který probíhá každý den v odpoledních hodinách, jsou Ruční práce. Senioři se mohou společně setkávat také každý čtvrtek odpoledne na akci pojmenované Kavárna, kde je zajištěna i živá dechová hudba a drobné občerstvení. V Domově se díky těmto akcím klienti nenudí a jsou mezi nimi příznivě rozvinuté sociální vztahy. Senioři se necítí osamělí, protože si užijí spoustu zábavy přímo v zařízení i na různých společných výletech mimo jeho prostory (Příloha E). Možná proto je příliš neláká jiná vzdělávací činnost a společenské akce, které se v Lounech pořádají. Pro příklad - ze 136 klientů Domova pro seniory a Domova se zvláštním režimem do projektu Třetí věk dochází pouze dva senioři. K Městské knihovně se od Domova pro seniory pohodlně mohou dopravit městskou hromadnou dopravou, která má zastávky poblíž obou těchto zařízení. Většina ubytovaných seniorů však nejráději tráví svůj volný čas jen v Domově pro seniory.

7.4 VZDĚLÁVACÍ CENTRUM PODKRUŠNOHOŘÍ, Z. S., ŽATEC

Vzdělávací centrum funguje již od roku 2002. Nezaměřuje se pouze na seniory, ale poskytuje další vzdělávání i mladistvým, dospělým či specifickým skupinám (nezaměstnaní, osoby po dovršení 50. roku). Realizují projekty, které těmto skupinám pomáhají k získání zaměstnání a k lepšímu uplatnění na trhu práce, a tím zlepšují i jejich sebedůvěru a sebevědomí.

V roce 2017 probíhalo v rámci Vzdělávání třetího věku celkem šest kurzů. Všechny se realizovaly v době od září do prosince. Jednalo se o Kurz anglického jazyka pro začátečníky, Kurz anglického jazyka pro mírně pokročilé, Kurz německého jazyka

pro mírně pokročilé, Kurz základů výpočetní techniky pro začátečníky, Kurz základů výpočetní techniky pro pokročilé a Regionální dějiny a kulturní památky města Žatec. Kromě Vzdělávání třetího věku ale Vzdělávací centrum Podkrušnohoří myslí i na Péči o duševní a fyzické zdraví seniorů a v rámci tohoto projektu realizuje kurzy jako je Trénink paměti a kognitivních funkcí a Kurzy rukodělných činností.⁶⁴

⁶⁴ *Kurzy pro seniory*. [online]. [cit. 2018-01-07]. Dostupné z: <http://www.vcp-zatec.cz/seniori-deti/>

8 PROJEKT TŘETÍ VĚK

Do programu celoživotního vzdělávání řadíme i vzdělávací cyklus s názvem Třetí věk. Již z tohoto názvu je každému jasné, která věková skupina nachází možnost se díky němu dále vzdělávat. Projekt organizuje Městská knihovna v Lounech již od roku 2006. Zajímavostí je, že zpočátku se počítalo s výukou jen každou středu, proto také mottem Třetího věku bylo "Středa je náš den!" ale pro velký zájem se výuka v dalších letech rozšířila do téměř všech pracovních dnů.

8.1 CÍLE PROJEKTU

Cílem projektu je zvyšování kvality života skupin, které bývají často sociálně vyloučené. Projekt také napomáhá ke zvyšování dlouhodobě soběstačného života seniorů, k jejich seberealizaci a socializaci, kvalitní náplni volného času a rozvoji jejich duševního života. Další prioritou projektu je rozvoj dobrovolnictví – jak ze strany lektorů, tak i ze strany studentů Třetího věku, kteří prostřednictvím svých činností poskytují dobrovolnou pomoc knihovně.

8.2 CÍLOVÁ SKUPINA

Předpokladem celoživotního vzdělávání je rovnost všech osob na kvalitní vzdělání, nehledě na jejich předchozí vzdělání, nebo zařazení do věkové a sociální skupiny. Cílovou skupinou je tedy střední a starší generace, obyvatelé Loun i okolí a lidé jakéhokoli vzdělání či zaměstnání.

8.3 ZÁKLADNÍ METODY

Jak je uvedeno na stránkách městské knihovny Louny, základními výukovými metodami jsou *přednášky, interaktivní semináře, práce a výzkum v terénu, tvorba v ateliérech a vlastní příprava seminářů pro spolužáky. Vzdělávání je koncipováno běžným členěním na semestry. Od druhého ročníku frekventanti sami připravují některé lekce pro své spolužáky a pro studenty nižších ročníků. Studenti ateliérů získávají*

zpětnou vazbu své tvorby prostřednictvím výstav, přehlídek a projektů. Vysoká odbornost je zajištěna výběrem prestižních lektorů.⁶⁵ Je velice zajímavé, jak jsou formy vyučování rozmanité. Nejedná se jen o klasické přednášky, ale časté jsou i tzv. workshopy. Výuka neprobíhá jen v učebnách, ale často i venku. Je určitě důležité vyzdvihnout i uvedený fakt, že si studenti po určité době studia sami připravují své lekce, což je skutečně znakem interaktivní spolupráce.

8.4 FINANCOVÁNÍ PROJEKTU

Projekt je financován převážně z rozpočtu zřizovatele, kterým je město Louny. V současné době projekt podporuje také nadační fond Veolia, který pokryje náklady na honoráře lektorů.

Část financí přichází také ze strany studentů a jejich školního. Ohledně výše úhrady za vzdělávání v projektu došlo v roce 2017 ke změně, kdy částka byla navýšena o 10,- Kč. Každý účastník nyní hradí ročně částku 80,- Kč za každý předmět, který si v semestru zapíše. Tyto předměty se vyučují většinou jednou až dvakrát měsíčně. Výjimkou jsou cizí jazyky, kde se platí 400,- Kč – výuka probíhá častěji, a to jednou týdně.

8.5 VYUČOVANÉ PŘEDMĚTY

Studijních oborů nabízí projekt nepřeborné množství, proto jsou uvedeny v příloze práce i se jmény vyučujících lektorů. Všichni lektori pracují na svém osobním růstu, na volbě správných metod a dále se vzdělávají. „*Obory se cyklicky střídají, tzn., že studenti mohou absolvovat všechny předměty v daném ročníku. Do studia nelze vstupovat v průběhu semestru či přestupovat z ročníku do ročníku. Studium probíhá jako pětiletý cyklus, po řádném absolvování je možné pokračovat cyklem novým, tedy nastoupit opět do prvního ročníku a vybrat si z nové nabídky předmětů. Jednotlivé obory si studenti vybírají na začátku zimního či letního semestru.*“⁶⁶ Z uvedených informací vyplývá, že školní semestr je řádně veden a každý účastník se musí řídit

⁶⁵ *O projektu* [online]. [cit. 2017-12-31]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/treti-vek/o-projektu>

⁶⁶ Tamtéž

základními pravidly a do studia se musí zapsat v řádném termínu, stejně jako tomu je u klasických vysokých škol. Předměty do zimního semestru si studenti mohou zapisovat zpravidla od června do prvního srpna. V září poté začíná školní rok. Na letní semestr se předměty zapisují od března do června. Přihlášky se vyplňují a odevzdávají vždy v prostorách knihovny. V závěru každé lekce se zapisuje docházka (splnění lekce) do speciálního indexu, který vlastní každý student Třetího věku (Příloha B).

Lekce Tablet / dotykový telefon

Autorka se osobně zúčastnila výuky předmětu Tablet / dotykový telefon, kde čerpala v rámci svého pozorování a příležitostného rozhovoru s dalšími účastníky potřebné informace.

Lektor předmětu

Ondřej Kunc je zaměstnancem Městské knihovny v Lounech. Dále vyučuje Českopis, Vědu a techniku, Úvod do genealogie a je třídním lektorem 2. ročníku. *„Absolvent Gymnázia Václava Hlavatého v Lounech, Filozofické fakulty Univerzity Pardubice, oboru Kulturní dějiny, a ročního zahraničního pobytu na Universidad Pablo de Olavide de Sevilla. Po studiích si vyzkoušel mimo jiné pracovní pozice administrativního pracovníka či odborného archeologa záchranného terénního výzkumu.“*⁶⁷

Výuka

Dne 3. 1. 2018 se koná od 16:00 do 17:30 lekce předmětu Tablet / dotykový telefon. Vyučovací předmět vznikl spojením dvou samostatných předmětů – Tablet a Dotykový telefon. Na lekci dorazí z 26 přihlášených studentů tři. Průměrně na tuto lekci chodí 5 až 10 studentů.

Z rozhovoru s jedním ze studentů autorka zjišťuje, že mu je už téměř 80 let a na výuku dojíždí již 13 let až ze Žatce. Výuka mu přináší potřebné praktické poznatky o práci s jeho novým dotykovým telefonem, ale navíc se prý ve skupině vždy dozví i další věci, které by se jinde těžko doslechl. Přirovnává výuku k předmětu, který je zakončen na vysoké škole zápočtem. Pro splnění tohoto předmětu jsou potřebné alespoň ¾ docházky, ale u starších lidí se někdy „přimhouří oko“ z důvodu jejich možné nemocnosti, lázeňských pobytů, dlouholetého pravidelného docházení do Třetího věku apod. Lekce má končit v 17:30, ale často se prý protáhne až do 18:00 z důvodu zajímavé diskuse a otázek studentů.

⁶⁷ Ondřej Kunc [online]. [cit. 2018-01-03]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/treti-vek/lektori/interni-lektori/ondrej-kunc>

Z rozhovoru o dotykových mobilech je zřejmé, že umí dotykový telefon dobře používat a dokonce se vyzná v moderních aplikacích, které také využívá. Ještě před zahájením výuky studenti vytahují z tašek své tablety a dotykové mobily (jedna paní si přináší obojí) a pečlivě si je čistí. Dále je potřebné mít na stole také připravený index. Přichází lektor a na hodinu si také přináší své pomůcky, včetně docházkové listiny. Není si jistý, jestli má výuka pro tři účastníky význam, ale studenti ho okamžitě ujistí v tom, že má. Mají spoustu otázek a přijeli autobusem zdaleka. V úvodu hodiny lektor hodnotí, co již studenti umí a co s nimi probral. Potřebuje se sám ujistit, jestli se neplete, protože vedl tuto výuku v minulém roce v několika ročnících. V letošním roce se ročníky spojí a předmět již bude vyučován pro všechny ročníky dohromady – v rámci předmětů napříč. Studenti v minulém roce probrali verzi Android, osobní nastavení telefonu, aplikace zpravodajské a předpovídající počasí – české i zahraniční včetně použití obchodu play, hlasové vyhledávání a záznamník, posílání obrázků, aplikace mapy, google mapy, vkládání fotografií do PC a oznamovací řádek na telefonu. Během lekce se studenti dozvídají rozdíl mezi složkou, ikonou a widgetem. Učí se widgety nastavit, přesouvat, mazat, učí se tvořit složky a pojmenovat je – diakriticky. Poznávají některé nové anglické zkratky a jejich překlad, či české zkratky a význam, např. apps – applications. Další informace náleží ekonomickému režimu mobilu a různým dalším funkcím. Práce probíhá přímo na osobních přístrojích uživatelů. Důležitá část hodiny se věnuje připraveným otázkám a problémům studentům (špatný signál při použití map, vyžadované heslo do g-mailu). Na konci hodiny si jedna studentka uvědomuje, že jsou pro ni potřebnější spíše podrobné informace o práci s tabletem, protože práci s dotykovým telefonem již naprosto ovládá. Dříve byl tento předmět totiž rozdělen do dvou samostatných předmětů – Tablet a Dotykový telefon. V letošním roce bude spojen do jednoho, protože práce s těmito přístroji je velice podobná, téměř stejná.

Lekce Výpočetní technika

Následující informace vychází z poznatků autorky, která se výuky osobně zúčastnila s ostatními studenty.

Lektor předmětu

Třídním učitelem 4. ročníku a lektorem předmětů Výpočetní technika a Kapela je Rostislav Glazer, absolvent Střední školy technické v Mostě – obor Elektrotechnik se zaměřením na počítačové systémy. Pan Glazer sám aktivně hraje v kapele, je zvukařem hudebních akcí a v městské knihovně pracuje již od roku 2009.⁶⁸

Výuka

Výpočetní technika se vyučuje v kongresovém sále městské knihovny, kde je připojeno dvanáct osobních počítačů. Výpočetní technika se vyučuje ve čtyřech různých skupinách podle náročnosti. Každý účastník pracuje sám na počítači, proto je maximální kapacita lekce dvanáct osob. V průměru však na výuku dochází sedm až deset osob. Počítače byly zakoupené v listopadu roku 2017, jsou tedy ještě nové a neopotřebované. 16. 1. 2018 na lekci od 15:30 do 17 hodin přichází pět osob. Jedná se o předposlední lekci zimního semestru. Lektor promítá na plátno aktuální úkony a účastníci je plní zároveň na svých počítačích. Všichni pracují s Windows 10. V úvodu hodiny se věnuje pozornost přihlašovací údajům, protože byly od nového roku změněny. Lektor po přihlášení poskytne prostor pro vlastní dotazy a jeden z účastníků se ptá na program Movie maker, se kterým se seznámili minulou hodinu, protože má nějaké nejasnosti v parametrech uložených videí. Video si uložil na USB flash disk, který s sebou také přinesl a proto mohou opět všichni na promítacím plátně vidět, o jaký problém se jedná. Lektor vysvětluje problematiku různých formátů videí a radí, které je lepší používat a které ne.

Další část hodiny si všichni stahují z internetu podle návodu lektora program Movie maker a instalují jej následně do PC. Instalaci však komplikují technické problémy.

⁶⁸ Rostislav Glazer [online]. [cit. 2018-01-24]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/treti-vek/lektori/interni-lektori/rostislav-glazer>

Přesto, anebo možná právě proto, že jsou v místnosti všechny počítače nové, práce je pomalejší, počítače vyžadují restartování, atd. Lektor tedy tento čas využívá k diskusi o různých programech, jejich výhodách, nevýhodách a využití. V závěru hodiny zbývá čas na základy zacházení s programem Movie maker.

Lekce Hospodyňka

Následující informace vychází z poznatků autorky, která se výuky osobně zúčastnila s ostatními studenty.

Lektor předmětu

Karolína Langrová je dlouholetou pracovnící knihovny. V prvních letech na pozici obsluhy kavárny Jeroným, která je součástí knihovny a později i jako knihovnice knihovny v oddělení beletrie. V současnosti je na mateřské dovolené a v knihovně nadále vede lekci Hospodyňky a je nápomocna studentům 2. ročníku jako třídní učitelka.

Výuka

Na lekcích hospodyňky chodí jen ženy. Maximální kapacita lekce je 10 osob z důvodu prostoru, který musí být pro každého při různých aktivitách dostatečně velký. Na lekci 26. 1. od 13 hodin přichází sedm žen, což je průměrný počet. V prostorech jsou k dispozici veškeré základní pomůcky a každá účastnice si přináší i své, předem domluvené pomůcky. Na lekcích hospodyňky se vyrábějí produkty, které je následně možné vyrobit si i doma. Dnes se vyrábí dekorace – svícen ze zavařovací sklenice a drátěnky (Příloha C). Lektorka vysvětluje, že tuto dekoraci zvolila z důvodu zimního období, kdy není příliš možností k použití sezonních surovin. V jiných obdobích se často využívá sběru přírodnin – květů a plodů, ze kterých se následně vaří sirupy, likéry, zklidňující oleje, domácí léky a přírodní kosmetika. Dále se vyrábí prostředky do domácnosti, jako jsou např. prací prášky, gely, repelenty atd. V úvodu lekce lektorka představuje připravenou dekoraci, ukazuje fotografii výrobku i vlastní výrobek. Studentky začínají pracovat a každá si tuto dekoraci sama vyrábí. Nechybí spolupráce a vzájemné půjčování pomůcek, přičemž lektorka zdarma rozdává své dekorační látky, prochází mezi účastnicemi a pomáhá, kde je třeba. Na lekci, která trvá dvě a půl hodiny, si ženy vyrobí několik svícňů. Lektorka lekci prokládá svými tipy na výrobu podobných dekorací, učí seniorky jednoduché mašličky s pomocí nůžek, nebo ukazuje postup výroby krouceného provázku. Na konci lekce lektorka studentkám sdělí, jaké pomůcky budou potřebovat na další lekci Hospodyňky, kde se bude vařit „andělský likér“.

Lekce Vlastivěda

Následující informace vychází z poznatků autorky, která se výuky osobně zúčastnila s ostatními studenty.

Lektor předmětu

Další interní lektorkou lekcí a dlouholetou knihovnicí Městské knihovny je Marcela Langrová. Vede velmi oblíbené lekce Vlastivědy, Českopisu a Trénování paměti. Zároveň je třídní učitelkou 5. ročníku.

Výuka

Jedním ze základních čtyř předmětů, které stály při vzniku projektu Třetí věk, byla Vlastivěda. Zájem o tento předmět přetrvává dodnes, kdy je již na výběr z dalších 33 předmětů. Předmět Vlastivěda pro první ročník v zimních měsících většinou probíhá přímo v ulicích města Louny. Na jaře už se vyjíždí na zajímavá místa i do okolí města. V případě zajímavé přednášky se studenti schází také v Oblastním muzeu Louny, nebo v Galerii města Loun. V dalších ročnících na Vlastivědu navazují jako pokračování předměty Českopis a Českopis - Praha, na které lze docházet současně, nebo si jednu z nich vybrat. Z názvů je patrné, že náplní těchto lekcí je poznávání celé České republiky a Prahy. Paní Langrová sestavuje program lekcí tak, aby nebyla narušena jejich odbornost. To znamená, že v rámci svých možností a znalostí přednáší sama, ale často si na přednášku pozve i osobu, která se v dané tématice lépe vyzná.

Dne 8. února 2018 se studenti Vlastivědy schází ve 13:15 hodin na Zeleném náměstí v Lounech. Na lekci je pozvána vedoucí Městského informačního centra, paní Blanka Tomášková, která studenty seznámí s historií i budoucností Zeleného náměstí. Městská knihovna s Informačním centrem spolupracuje, a proto se studenti Třetího věku často v rámci svých lekcí účastní i výletů či přednášek Informačního centra. Přednáška paní Tomáškové trvá necelou hodinu. Kolují i různé fotografie a plány náměstí a nové zástavby. Po skončení přednášky ještě studenti dostávají tip na odpolední přednášku s názvem Republika - Jak vznikla československá státní vlajka, která proběhne v Městské knihovně v Lounech od 16 hodin. Ostatní si jdou prohlédnout zajímavosti v okolí místa. (Fotografie z lekce v příloze D).

8.6 SOUVISEJÍCÍ POŘÁDANÉ AKCE MĚSTSKÉ KNIHOVNY

Třetí věk, to ale nejsou jen vzdělávací lekce. Pro studenty Třetího věku je pravidelně organizováno i množství zajímavých akcí, jako jsou přednášky, výstavy, výlety či zájezdy. Nabídka volnočasových aktivit je opravdu pestrá a vybere si každý. Například v lednu roku 2018 se studenti mohou zúčastnit Zájezdu na výstavu díla Vladislava Mirvalda, která se koná v Českém Krumlově. V kongresovém sále Městské knihovny proběhne přednáška k 100. výročí založení Československé republiky, s názvem *Republika*. Zajímavá je jistě i akce *Kafičko za oponou*, na které se podílí i mladá generace. Jedná se totiž o autorskou inscenaci studentek Základní umělecké školy Litoměřice o hereckém životě. Kdo by si z nabídky nevybral, může si alespoň přijít do nově vytvořeného audiokoutku přímo v knihovně poslechnout audioknihu autorů, kteří mají v roce 2018 výročí. V létě je samozřejmě nabídka akcí ještě bohatší, na nádvoří knihovny se pravidelně konají koncerty s názvem „Páteční dvorky“ různých žánrů. Jindy z tohoto nádvoří vznikne letní kino, nebo výstaviště dobových fotografií. Do knihovny rádi zavítají i milovníci turistiky, kteří mohou s knihovnou vyrazit na pochod do okolí Loun, nebo se v jejích prostorech něco dozvědět o vzdálenějších zemích. Často se zde totiž konají také zeměpisné přednášky. V knihovně se ale konalo už i Pálení čarodějnic, happeningy na podporu fair trade s názvem *Férová snídaně* a mnoho dalších neobvyklých akcí, které by v knihovně kdekdo asi sotva hledal.⁶⁹

⁶⁹ *Archiv akcí*. [online]. [cit. 2018-01-24]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/archiv-akci>

8.7 DALŠÍ SPOLKY MĚSTSKÉ KNIHOVNY

Mnoho studentů knihovnu navštěvuje i mimo dobu vzdělávacích lekcí, protože se účastní výše uvedených kulturních akcí, nebo jsou kromě Třetího věku zároveň členy různých spolků knihovny.

Spolek paní, dam a dívek

V neposlední řadě je důležité zmínit i Spolek paní, dam a dívek. Dochází sem převážně ženy staršího věku, proto i tento spolek můžeme zařadit ke vzdělávání seniorů na Lounsku. Jedná se o výtvarné činnosti, ruční práce a vaření, ale i zájmové aktivity považujeme ve vzdělávání a životě seniorů za velmi důležité, jak již bylo zmíněno v kapitole Gerontagogika. Dámy se snaží zejména mladé generaci přiblížit české tradice a svátky, proto pořádají různé tvořivé dílny, jarmarky a prodejní výstavy. Každoročně se pořádají Velikonoční a Vánoční dílny, Masopustní veselice a další. Pro děti z mateřských škol tyto akce bývají velmi příjemným zpestřením školního roku. Mají zde příležitost dostat se do přímého kontaktu se starší generací a naučit se od ní spoustu zajímavých věcí.⁷⁰

Lounští lounským

Lounští lounským je občanské sdružení, které pracuje při městské knihovně, a je s ní úzce spjato svou činností. Zabývá se též vydavatelskou činností, ale pro projekt Třetí věk je důležitý i tím, že se podílí také na spolupráci s kulturními institucemi v rámci České republiky i Evropské unie.⁷¹

⁷⁰ *Spolek paní, dam a dívek*. [online]. [cit. 2018-01-25]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/knihovna/spolek-pani-dam-a-divek>

⁷¹ *Lounští lounským*. [online]. [cit. 2018-01-25]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/knihovna/lounsti-lounskym>

8.8 DÍLČÍ ZÁVĚRY

Ze vzdělávací nabídky projektu Třetí věk si vybere opravdu každý a vyučovací lekce jsou kvalitně provedeny. O kvalitě projektu svědčí jistě i jeho dlouholetá úspěšnost a oblíbenost ze strany studentů. Studenti jsou díky své pravidelné aktivitě velmi energičtí, pozitivně naladěni a veselí. Nově nabyté znalosti jim dodávají pocitu úspěchu a sebevědomí. S oblibou všem sdělují, že chodí do školy a jejich absence je velmi nízká. Vzdělávání považují za důležité a berou své studium vážně. Autorka navštívila čtyři lekce a každá lekce probíhala jinou formou. Autorčiny poznatky z těchto lekcí jsou uvedeny v následujících řádcích.

Výuka lekce Tablet / dotykový telefon je vedena lektorem, který umí jednat se seniory, ovládá vhodné prvky komunikace a má profesionální znalosti pro vedení předmětu. Studentům jednotlivé kroky na mobilním telefonu vysvětluje trpělivě a pomalu tak, aby všichni měli dostatek času vše si sami zkusit a pochopit. Z dlouholetého zájmu uživatelů je zřejmé, že výuka je pro ně přínosná a její kvalita neklesá. Studenti se učí opravdu praktickým věcem, které pro svůj život potřebují. Seznamují se i se speciálními funkcemi, anglickými slovy, speciálními zkratkami a moderním názvoslovím. Je pro ně mnohem snadnější se potom orientovat ve dnešním světě zahlceném právě anglickými pojmy a novými slovy a nic je nemůže překvapit.

Předmět Výpočetní technika má základ stejně jako lekce dotykového mobilu v praktických úkonech, které uživatelé potřebují ke své práci s těmito přístroji. Jedná se tedy o řízenou, ale zčásti i spontánní činnost, která vychází vstříc zejména potřebám účastníků. Pozornost se věnuje zejména tomu, co nebylo studentům jasné, co se jim doma při práci s přístroji nedařilo a co se chtějí dozvědět. Studenti jsou na lekci velice aktivní, rádi se zapojují do diskusí a mluví k jádru věci.

Výhodou předmětu Hospodyňka a podobně zaměřených předmětů je opravdu uvolněná přátelská atmosféra. Možná to je tím, že se zde nikdo nemusí předhánět ve svých znalostech či dovednostech a každý si vyrábí individuálně podle své potřeby a tempa. Možná k takové atmosféře přispívá i to, že lektorka je mladá a seniorky jí tykají.

Předmět Vlastivěda poskytuje při účasti na přednášce zároveň i přímé pozorování zajímavých lokalit. Tento předmět patří k nejoblíbenějším. Studenti si chválí, že se o svém rodném městě dozví spoustu informací, ke kterým by se jinou cestou nedostali.

Co se týče virtuálních univerzit, jejich cílem je umožnit prostřednictvím konzultačních středisek vzdělávání těm osobám, které žijí v místech vzdálenějších vysokým školám. Pro okres Louny je konzultační středisko zřízeno v obci Staňkovice. Tato obec leží v blízkosti města Žatec a od Loun je vzdálená 19 km. Cesta autobusem z Loun do Staňkovic trvá půl hodiny. Zůstává otázkou, zda se lounským nevyplatí dojíždět na universitu třetího věku přímo na vysokou školu do Prahy, kam pojedou jen o půl hodinu déle. Rozhodně je pozitivní, že Lounsko má konzultační středisko zřízené a jistě jej někteří obyvatelé vesnic ve směru od Loun na Žatec rádi využívají, protože pro ně je cesta do Prahy náročnější. V Ústeckém kraji je dále možné využívat konzultační střediska v Mostě, Chomutově, Teplicích, Litvínově. Benešově nad Ploučnicí, Roudnici nad Labem či Litoměřicích.⁷²

⁷² *Seznam konzultačních středisek.* [online]. [cit. 2018-01-28]. Dostupné z: <https://e-senior.czu.cz/course/view.php?id=5§ion=13>

ZÁVĚR

Zapojování seniorů do společnosti prostřednictvím vzdělávacích institucí a projektů je v současné době z demografického hlediska velice žádoucí. Počet osob dosahujících vysokého věku roste a zdravotní stav seniorů se neustále zlepšuje. Můžeme tedy předpokládat, že v budoucnu budou právě senioři velmi početnou a významnou věkovou skupinou. Sociální role seniorů se také mění a senioři jsou dnes schopni díky svému dobrému zdravotnímu stavu zvládat náročnější životní styl než dříve. Je tedy žádoucí, aby tato věková skupina nebyla diskriminována, aby měla své místo ve společnosti a aby měla spoustu možností vést plnohodnotný aktivní život. Spolupráce se seniory navíc společnosti také přináší spoustu výhod. Aktivita a společenské začlenění příznivě působí na fyzické i psychické zdraví, což vede ke snížení finančních nákladů ve zdravotnictví. Zapojení více generací do společenských aktivit pozitivně ovlivňuje přístup mladých osob k seniorům a jejich pohled na ně. Senioři většinou rádi tráví čas mezi mladými, protože se cítí být stále zapojeni do aktuálního dění. Mladí se mohou mnoho věcí naučit od starších skrze jejich životní zkušenosti a starší ročníky se zase učí novinkám od mladších.

Praktická část realizovaná v městské knihovně v Lounech splnila stanovené cíle. Pozorování bylo prováděno v průběhu vyučovacích lekcí a rozhovory se studenty projektu Třetí věk městské knihovny v Lounech byly prováděny před, anebo po těchto lekcích. Jednalo se o skupiny menšího počtu osob. Všichni senioři velmi pozitivně přijali přítomnost mladé autorky na lekci a dokonce chtěli sedět učebně v její blízkosti. Několikrát si chválili, že na lekci přišla i mladší osoba. Bylo tedy potvrzeno, že senioři se opravdu rádi pohybují v přítomnosti mladých lidí. Lekce vyučuje i celá řada mladých lektorů, proto jsou senioři v kontaktu s mladou generací na lekcích pořád. Bylo zjištěno, že vystupování lektorů je na profesionální úrovni. Jedná se často o vysokoškolsky vzdělané osoby. Externí lektori převážně působí jako učitelé na gymnáziu a na základní umělecké škole v Lounech. Všichni opravdu rozumí svému oboru a své zkušenosti a poznatky předávají skrze své vyučovací hodiny dále. Jednání se seniory je přiměřené jejich věku, lektori jsou velice trpěliví a chápaví. Vztah mezi lektory a seniory je otevřený a přátelský. Lektori mají program svých lekcí předem připravený, ale dávají prostor i seniorům, kteří se chtějí dozvědět praktické informace, které zrovna potřebují.

Lekce jsou vyvážené a kvalitně provedené. Důraz je kladen zejména na praktickou využitelnost poznatků, což senioři vyžadují a oceňují. Přínosné je jistě i rozmanitost a různá forma vyučování. Každá lekce je specifická. Některé lekce probíhají v prostorách Městské knihovny a některé i v exteriéru. Vyučování je pojato formou přednášek, besed, diskuzí, i workshopů. Každý student si tedy může vybrat lekci nejen podle svých zájmů, ale i podle přístupu, který mu je příjemný.

Vzdělávací nabídka na Lounsku je velmi bohatá a rozmanitá. Senioři si mohou vybírat z velkého množství vyučovacích předmětů a mohou se rozhodnout pro různé formy vzdělávání. V Lounech se konají jednorázové vzdělávací akce, několikátýdenní kurzy, a vzdělávat se je možné i v několika rocích – tuto formu poskytuje zkoumaný vzdělávací cyklus Třetí věk, jehož výuka se člení stejně jako na vysokých školách na semestry. V rámci praktické části práce, která zkoumá vzdělávání na univerzitách třetího věku, bylo zjištěno, že v regionu Lounska je konzultační středisko pro virtuální univerzitu zřízeno pouze v obci Staňkovice. Jedná se o obec, která leží u Žatce a od Loun je tedy vzdálená. Žádné konzultační středisko blíže Loun zřízeno není. Pro lounské je tedy výhodnější díky jednodušší dopravě dojíždět do Prahy přímo na klasickou univerzitu třetího věku. Pro osoby žijící v Lounech, které mají nějaké znevýhodnění, které znemožňuje dlouhé cestování, však není možné se výuky na univerzitě třetího věku účastnit.

V případě rozšíření bakalářské práce na toto téma může být podrobněji zjišťována kvalita vzdělávání seniorů v Domovech pro seniory. V lounském Domově pro seniory by potom mohl být prováděn průzkum mapující docházení seniorů ze zařízení na společenské a vzdělávací akce. V oblasti vzdělávacích aktivit by mohlo být zajímavé zaměření jen na projekt Třetí věk a zkušenosti seniorů z Domova pro seniory s tímto vzděláváním.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

- BARTÁK, J. *Jak vzdělávat dospělé*. 1. vyd., Praha: Alfa Nakladatelství, 2008. 200 s. ISBN 978-80-87197-12-7.
- BENEŠ, M. *Andragogika, teoretické základy*. 2. vyd. Praha: EUROLEX BOHEMIA, s. r. o., 2013. ISBN 80-86432-23-8.
- BOČKOVÁ, L. *50+ aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt, 2014. ISBN 978-80-904153-2-4.
- ČEVELA, R. *Sociální gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.
- HAŠKOVCOVÁ, H. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8.
- HROZENSKÁ, M., DVOŘÁČKOVÁ, D. *Sociální péče o seniory*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. ISBN 978-80-247-4139-0
- KLEVETOVÁ, D. *Motivační prvky při práci se seniory*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing, 2017. ISBN 978-80-271-0102-3
- KRÁLOVÁ, J. a RÁŽOVÁ, E. *Zařízení sociální péče pro seniory a zdravotně postižené občany*. Olomouc: ANAG, 2001. 286 s. ISBN 80-7263-083-0.
- MATOUŠEK, O. et al. *Sociální práce v praxi*. 1. vyd. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X.
- ONDRÁKOVÁ, J. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012. ISBN 978-80-7465-038-3.
- PLAMÍNEK, J. *Vzdělávání dospělých*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2010. ISBN 978-80-247-3235-0.
- SALIVAROVÁ, J. *Edukace seniorů v evropském kontextu*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2014. ISBN 978-80-7452-102-7
- VIDOVICOVÁ, L. et al. *Stáří ve městě, město v životě seniorů*. 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2013. 371 s. ISBN 978-80-7419-141-1.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

AMÉRY, J. *O stárnutí*. 1. vyd. Praha: PROSTOR, s. r. o., 2008. ISBN 978-80-7260-207-0.

VIGUÉ, J. *Zdraví pro třetí věk*. 1. vyd. Čestlice: Rebo, 2006. ISBN 80-7234-536-2.

Seznam použitých internetových zdrojů

Alzheimerova choroba [online]. [cit. 2018-01-01]. Dostupné z: <http://www.alzheimercentrum.cz/alzheimerovo-onemocneni/>

Archiv akcí. [online]. [cit. 2018-01-24]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/archiv-akci>

Celoživotní vzdělávání. [online]. [cit. 2018-01-27]. Dostupné z: <http://www.vysokeskoly.cz/akademicky-slovník/heslo/celozivotni-vzdelavani-2>

Česká alzheimerovská společnost [online]. [cit. 2018-01-01]. Dostupné z: <http://www.alzheimer.cz/>

HEŘMANOVÁ, E. *Lidské zdroje, celoživotní vzdělávání a vzdělávání seniorů v Česku a EU*. [online]. [cit. 2018-01-28]. Dostupné z: http://www.kdem.borec.cz/P_PDF/Hermanova.pdf

Kurzy pro seniory. [online]. [cit. 2018-01-07]. Dostupné z: <http://www.vcp-zatec.cz/seniori-deti/>

Lounští lounským. [online]. [cit. 2018-01-25]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/knihovna/lounsti-lounskym>

Národní akční plán pro Alzheimerovu nemoc byl schválen [online]. [cit. 2018-01-01]. Dostupné z: http://www.mzcr.cz/dokumenty/narodni-akcni-plan-pro-alzheimerovu-nemoc-byl-schvalen_11387_1.html

Ondřej Kunc [online]. [cit. 2018-01-03]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/treti-vek/lektori/interni-lektori/ondrej-kunc>

O projektu [online]. [cit. 2017-12-31]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/treti-vek/o-projektu>

Projekt virtuální univerzita třetího věku. [online]. [cit. 2018-01-27]. Dostupné z: www.dsmseno.cz/admin/userfiles/files/DSM-VU3V.doc

Rok 2017. [online]. [cit. 2018-02-02]. Dostupné z: <http://www.lclubsenior.estranky.cz/clanky/rok-2017/>

Rostislav Glazer [online]. [cit. 2018-01-24]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/treti-vek/lektori/interni-lektori/rostislav-glazer>

Seznam konzultačních středisek. [online]. [cit. 2018-01-28].
Dostupné z: <https://e-senior.czu.cz/course/view.php?id=5§ion=13>

Spolek paní, dam a dívek. [online]. [cit. 2018-01-25]. Dostupné z:
<http://www.mkl.cz/knihovna/spolek-pani-dam-a-divek>

Univerzita třetího věku. [online]. [cit. 2018-01-27]. Dostupné z:
<https://www.cczv.cuni.cz/CCZV-15.html>

SEZNAM ZKRATEK

AUITA – Mezinárodní sdružení univerzit třetího věku

EAN – Syndrom zanedbávání a zneužívání seniorů

EFOS – Evropská federace studujících seniorů na univerzitách

OSN – Organizace spojených národů

SenSen – Senzační seniori

U3V – Univerzity třetího věku

WHO – World Health Organization

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A - Aktuální studijní obory projektu Třetí věk.....	I
Příloha B - Index studenta.....	III
Příloha C - Fotografie z lekce Hospodyňka.....	IV
Příloha D - Fotografie z lekce Vlastivěda.....	V
Příloha E - Fotografie - akce Domova pro seniory.....	VI

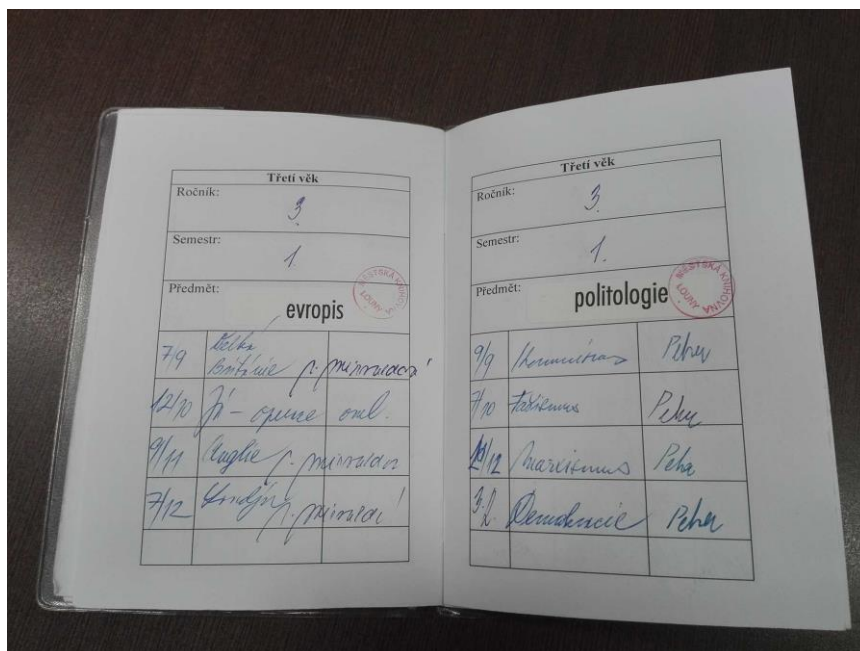
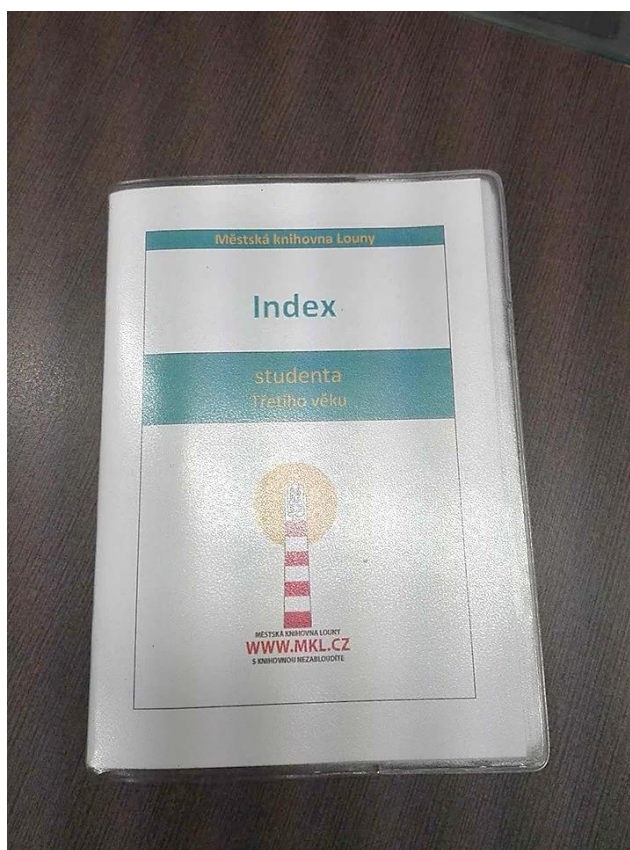
Příloha A – Aktuální studijní obory projektu Třetí věk

- angličtina - Vojtěch Petržilka
- blogování - Kateřina Suchá
- českopis - Dagmar Kučerová, Marcela Langrová, Ondřej Kunc
- dějiny náboženství - Vratislav Filípek
- dějiny regionu - Vladimír Antonín Hons
- divadlo - Renata Vordová
- evropis - Věra Mirvaldová
- francouzština - Lenka Petržilková
- hospodyňka - Karolína Langrová
- kapela - Rostislav Glazer
- kreativní fotografie - Kateřina Suchá
- literatura a divadlo - Dagmar Kučerová
- malba, kresba, plastika - Jana Marešová
- matematika - Kateřina Hajmová
- mateřský jazyk slovem a písmem - Dagmar Kučerová
- mezinárodní vztahy - Vratislav Filípek
- myslivost - Josef Štýbr
- němčina - Margot Kratochvílová
- retro - Irena Hellerová
- ruční práce - Hana Hoblíková
- Senior Melody - Eva Kleinová
- světopis - Věra Mirvaldová
- španělština - Věra Neubertová
- tablet / dotykový telefon - Ondřej Kunc
- tělocvičení - Jitka Hofmannová
- trénování paměti - Marcela Langrová
- tvůrčí psaní - Soňa Štroblová
- úvod do genealogie - Ondřej Kunc
- věda a technika - Petr Kučera, Ondřej Kunc, Rostislav Glazer

- vlastivěda - Marcela Langrová
- Zdeněk Sýkora v souvislostech - Lenka Sýkorová⁷³

⁷³ Zdroj: *O projektu* [online]. [cit. 2017-12-31]. Dostupné z: <http://www.mkl.cz/treti-vek/o-projektu>

Příloha B - Index studenta



Zdroj: autor práce

Příloha C - Fotografie z lekce Hospodyňka



Zdroj: autor práce

Příloha D – Fotografie z lekce Vlastivěda



Zdroj: autor práce

Příloha E – Fotografie – akce Domova pro seniory



výlet lodí



návštěva divadla



výlet do přírody



soutěžní klání



výlet do Karlových Varů



*návštěva chomutovského
zooarku*

Zdroj: informační výtisk Domova pro seniory v Lounech

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Jitka Nehybová

Obor: Speciální pedagogika - vychovatelství

Forma studia: kombinovaná

Název práce: Kvalita vzdělávání seniorů v České republice

Rok: 2018

Počet stran textu bez příloh: 45

Celkový počet stran příloh: 6

Počet titulů českých použitých zdrojů: 13

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 2

Počet internetových zdrojů: 16

Vedoucí práce: PaedDr. Jarmila Klugerová, Ph.D.