

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrlometodějská teologická fakulta
Katedra křesťanské sociální práce

Charitativní a sociální práce

Pavλίna Štelcová

*Volnočasové aktivity seniorů na malých obcích
do 1000 obyvatel*

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Mgr. Pavλίna Jurníčková, Ph.D.
2020

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité zdroje uvedla v seznamu literatury.

V Olomouci, dne 19. června 2020

Pavčina Štelcová

Poděkování

Ráda bych zde poděkovala vedoucí bakalářské práce Mgr. Pavlíně Jurníčkové, Ph.D. za podnětné rady, trpělivost a čas, který mi věnovala při jejím vypracování. Také bych chtěla poděkovat všem respondentům, kteří mi poskytli potřebné informace.

„Lidé by si měli uvědomit, že senioři jsou potřebnými členy společnosti pro své zkušenosti a moudrost, a měli by jim všemožně umožňovat tvořit a cítit se potřebnými.“

Eva Rheinwaldová

Obsah

Úvod.....	7
1 Teoretická část	9
1.1 Stáří.....	9
1.1.1 Proces stárnutí	9
1.1.2 Stárnutí populace.....	10
1.1.3 Aktivní stárnutí.....	11
1.2 Senior.....	13
1.2.1 Pojem senior.....	13
1.2.2 Potřeby seniorů.....	14
1.2.3 Péče o seniory.....	15
1.3 Volnočasové aktivity	16
1.3.1 Volný čas seniorů	16
1.3.2 Volnočasové aktivity pro seniory	17
1.3.3 Typy volnočasových aktivit	18
1.4 Výzkumný problém	21
2 Empirická část.....	22
2.1 Cíl výzkumu.....	22
2.2 Stanovení a operacionalizace hypotéz	22
2.2.1 Hypotézy k výzkumu zaměřenému na samosprávy obcí	23
2.2.2 Hypotézy k výzkumu zaměřenému na seniory.....	24
2.3 Metodologie výzkumu	26
2.3.1 Výzkumný soubor	26
2.3.2 Technika sběru dat	27
2.3.3 Popis sběru dat	29
2.3.4 Zpracování dat.....	31
2.4 Výsledky	32
2.4.1 Samosprávy obcí	32
2.4.2 Senioři	36

2.5	Diskuse.....	44
3	Závěr.....	48
4	Bibliografie.....	50
5	Internetové zdroje.....	53
6	Seznam grafů.....	54
7	Přílohy	55

Úvod

V devadesátých letech 20. století nahradil původní koncept „zdravé stárnutí“ koncept nový, a to koncept „aktivní stárnutí“. Koncept se zaměřuje na stárnoucí populaci a na její vnímání jako aktivních jedinců, kteří sami vytvářejí podmínky svého života. Vychází ze tří základních pilířů – bezpečnost, zdraví a participace. Hlavním cílem konceptu je prodloužení života seniorů ve zdraví a plné kvalitě. Jedním ze směrů tohoto konceptu je odklon od dosavadního pasivního přijímání pomoci k aktivnímu zapojení seniorů do utváření podmínek jejich života. Uvědomění si nutnosti přijmout vlastní zodpovědnost za přípravu na stáří a jeho plnohodnotného prožívání. (Štěpánková, Höschl, Vidovičová a kol., 2014, s. 65-67)

Plnohodnotné prožívání života ve stáří pak znamená především maximální míru zachování si soběstačnosti, která umožní seniorům setrvat co nejdéle v jejich přirozeném prostředí. Velká škála odborné literatury se zaměřuje na problematiku stáří a přípravu na stáří. Jaké dopady bude mít zvyšující se počet seniorů na společnost, jak ekonomické, politické, tak sociální. Řeší se mezigenerační vztahy, problematika bydlení, módy a jiných praktických sfér života seniorů. Ve výsledku však senior zůstává na své stáří sám. Jak již bylo zmíněno, jedním z přístupů zvládnání všech oblastí dané etapy života, je v současnosti prosazovaný koncept aktivního stárnutí. Jednou z významných forem podporující tento koncept, jsou volnočasové aktivity. Kvalitní volnočasovou aktivitu si však mnohdy senioři sami nedokáží zorganizovat. Ve větších městech jsou zřizovány různá centra a programy, které tyto aktivity nabízejí. Zaměřují se na podporu seniorů v oblasti vzdělávání, informovanosti, znalosti moderních technologií, trénování těla, paměti, pohybu pro zdraví, posilují sebevědomí a kreativitu. Poskytují potřebné zázemí, lektory, sociální pracovníky nebo dobrovolníky, kteří efektivně a odborně seniorům pomáhají zvládnout vlastní stárnutí. Poněkud odlišná je však situace na malých obcích. Jak podrobněji uvádím již ve své absolventské práci (Štelcová, 2019), která byla přípravou tohoto kvantitativního výzkumu, mají tyto obce mnohá omezení. Velmi často je to malý počet zaměstnanců, kteří zodpovídají za celý chod obce, správu majetku i povinnosti vyplývající z přenesené působnosti. Také je to však ekonomické hledisko, kdy rozpočet obce je přímo úměrný počtu obyvatel. V neposlední řadě v čele malých obcí stojí často neuvolněný starosta vykonávající tuto funkci souběžně se svým hlavním zaměstnáním. Prioritou zastupitelstva je pak zajištění podmínek života pro mladé rodiny, základní dopravní obslužnosti obce a nezbytných základních služeb pro občany.

Volnočasové aktivity zaměřené na seniory jsou zcela mimo zájem, nebo jen okrajovou aktivitou samosprávy obcí. Aktivní společenský život pak velmi často v malých obcích zajišťují místní složky, jako jsou sdružení hasičů, myslivců, zahrádkářů a sportovců. Ti se však zaměřují na populaci celé obce, nikoliv přímo na seniory.

Chtěla bych proto tento výzkum využít také k možnosti upozornit na tuto problematiku, a to alespoň například v rámci komunitního plánování města Šumperk, konkrétně pak pracovní skupinu IV. Senioři, v jehož správním obvodu je výzkum realizován. Otevřít tak cestu pomoci malým obcím organizovat tyto aktivity a seniory podpořit v maximálním zachování soběstačnosti, která jim umožní žít v rodné obci v kontaktu se svými dětmi, vnoučaty a přáteli co nejdéle.

Hlavním cílem práce je zjistit, jsou-li volnočasové aktivity pro seniory na malých obcích pořádány a do jaké míry jsou spojeny s podporou soběstačnosti seniorů. Tyto aktivity nabízejí velký prostor především pro preventivní sociální práci, naplňují však také ochrannou a stimulační funkci. Prostřednictvím kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření se práce zaměřuje na zjištění četnosti, kvality a zaměření aktivit, kdo poskytuje zázemí a zajišťuje financování jejich pořádání. Jaké jsou případné potíže při organizaci a v neposlední řadě, jak vnímají tyto aktivity samotní senioři.

Práce je rozdělena do dvou částí. První teoretická část se zabývá stářím a procesem stárnutí populace a současným konceptem aktivního stárnutí. Dále se věnuji pojmu senior a potřebám seniorů, kterých se primárně stáří a stárnutí týká a jsou cílovou skupinou, na kterou se celá práce zaměřuje. Následně popisuji oblast volného času seniorů a volnočasových aktivit pro seniory. Na závěr uvádím některé konkrétní typy volnočasových aktivit a v čem tkví jejich přínos pro podporu a zachování si soběstačnosti v životě seniorů. Druhá část práce je věnována samotnému výzkumu. Je popsán cíl, výzkumné otázky a metodologie výzkumu. Získaná data jsou prezentována pomocí grafů a v diskusi porovnávána s dostupnou literaturou. Jsou zhodnoceny limity provedeného výzkumu a jeho případného využití.

1 Teoretická část

Jak budeme ke stárnutí přistupovat, je na každém z nás. Dle demografických ukazatelů však společnost jednoznačně stárne. Napomáhá tomu zvyšující se kvalita života, lepší zdravotní péče, prodlužující se věk dožití a nízká porodnost. Nejen odborná veřejnost se proto shoduje na potřebě tuto etapu života stále kvalitněji poznávat a prožívat. Na problematiku stárnutí, stárnutí populace a jaký je současný trend společnosti v přístupu ke zvládnutí dané etapy života, se zaměřuje první část práce. Zaměřuje se také na charakteristiku pojmu senior, a proč právě volnočasové aktivity mají významné místo při zkvalitnění této etapy života.

1.1 Stáří

Cílem práce je zjistit, jsou-li na malých obcích pořádány volnočasové aktivity pro seniory a do jaké míry jsou spojeny s podporou soběstačnosti seniorů. V následujícím textu proto pro pochopení souvislostí ve zkoumané oblasti budu blíže specifikovat pojem stáří, stárnutí a jaké změny přináší do života člověka. Jak se stárnutí dotýká celkové populace a jak tuto část života může pomoci kvalitně prožít aktivní přístup.

1.1.1 Proces stárnutí

Stárnutí je přirozenou etapou života každého člověka. Dříve bylo vnímáno spíše jako nemoc vyznačující se zpomalením pohybu, myšlení a nárůstem zdravotních komplikací. Žádné studie však neprokázaly, že hlavním důvodem těchto převážně zdravotních problémů je samotné stáří. Naopak, velmi zavádějící jsou teorie doporučující stárnoucímu člověku, aby se začal šetřit a přizpůsobil se přibývajícím létům. *Tělo i mysl ztrácí bez tréninku pohyblivost, koncentraci, mentální kapacitu. Dojde k vyřazení z produktivního života, ztrátě vitality, nastupuje prázdnota, únava a další celkové zhoršení fyzického i psychického stavu člověka.* (Rheinwaldová, 1999, s. 8-9)

Pokud chceme pochopit změny při stárnutí, musíme nejdříve rozumět samotnému stárnutí. Rozlišujeme především normální a patologické stárnutí. Normálním stárnutím rozumíme plynutí času a změn z něj vyplývajících, zatímco patologické stárnutí je nashromáždění různých typů poškození vlivem prostředí či nemocí jedince. V běžném životě člověka se pak oba typy stárnutí navzájem ovlivňují. Rovněž musíme stárnutí vnímat jako proces, který probíhá během celého života. Tento proces pak přináší změny ve všech oblastech organismu – fyzické, psychické, funkční i biochemické. Snižuje se

schopnost adaptace, vyčerpávají se rezervy orgánů, celkové oslabení organismu vytváří predispozice k nemocím. (Folch, 2006, s. 8-10)

Podle dvou různých definic Světové zdravotnické organizace (WHO) se člověk stává starším ve věku mezi šedesáti až pětadesáti lety. Tato věková hranice však není podložena žádným vědeckým výzkumem. Po biologické stránce znamená stárnutí kompletní opotřebení organismu a nastupuje útlum regenerace, a tím i útlum výkonnosti všech orgánů těla. Jedná se o geneticky podmíněné dispozice a značně se u jednotlivců různí. Například jedním z prvních orgánů, který stárnutí oznamuje, je kůže. Velmi zřetelné je například také zmenšení lidské postavy, shrbení, pokles v kolenou. Člověk slábne, ztrácí stabilitu a přichází zvýšení rizika pádů. Přestože stárnutí nic nezastaví, *můžeme volbou zdravého životního stylu maximalizovat svůj potenciál.* (Hillman, 2017, s. 19–34)

Stáří je tedy proces předvídatelných změn, který má u každého jedince jinou proměnlivost v typech a rychlosti. Mění se fyzický vzhled, duševní schopnosti, společenský život, ztrácí se nezávislost. Většina lidí pak stáří vnímá jako období i mnoha dalších ztrát, neboť se musí vzdát dosavadních rolí, nastává jiná ekonomická situace. Velmi častým jevem stáří je jeho popírání a pohled na sebe jako mladšího. (Tošnerová, 2009, s. 14-15)

V každém ohledu pak stáří představuje nutnost přijmout tuto změnu a adaptovat se na ni, brát ji jako fakt. Adaptace je pak přímo závislá na osobnosti jedince, kterou ovlivňuje řada faktorů. Velký vliv na adaptaci mají zkušenosti a životní filozofie člověka, jeho dosavadní přístup k aktivitě. (Mlýnková, 2011, s. 16)

1.1.2 Stárnutí populace

Stárnutí populace, která se dožívá stále vyššího věku, je považováno za úspěch naší moderní společnosti. Rostoucí skupina starších lidí však zároveň přináší mnoho na sebe navazujících problematických otázek. Je nutno zvyšujícímu se počtu seniorů přizpůsobit především systém sociální a zdravotní péče a pracovní trendy. *Není tím však myšleno postarat se o populaci starších lidí, ale vnímat je jako aktivní občany s pozitivními přínosy pro mladou generaci. Vytvářet pro jejich aktivní zapojení podpůrné služby na trhu práce, ve zdravotní péči i ve společenských aktivitách.* (Bočková, Hastrmanová, Havrdová, 2011, s. 4)

Za poslední dvě generace došlo k radikálnímu prodloužení dosahovaného věku populace. Hlavním ukazatelem prodloužení je takzvaná naděje dožití, která určuje pravděpodobnost, jak dlouho budeme žít. Střední délka života se pak od počátku 20. století prodloužila přibližně o 30 let. Naděje dožití je pak ovlivňována celou řadou faktorů. Mezi základní faktory řadíme genetiku, pohlaví a stavbu těla, v nemalé míře pak závisí na prostředí a životním stylu, jehož součástí jsou například stravovací návyky. U člověka staršího 65 let je pak díky překonání exogenních či endogenních rizik naděje dožití vyšší než u mladého člověka. (Sak, Kolesárová, 2012, s. 91)

I v české společnosti je hlavní příčinou stárnutí populace především snížení porodnosti a stoupající naděje dožití. Prognóza vývoje předpokládá v roce 2060, že by naděje dožití žen mohla být 90 let a mužů 86 let. Společnost u nás začala stárnout oproti jiným západoevropským zemím později, bohužel se však pravděpodobně staneme již po roce 2030 jednou ze zemí s nejstarší populací. V celkovém počtu seniorů pak také stoupne podíl nejstarší generace – v roce 2060 je očekáván nárůst osob starších 80 let ze současných 4 % na 14 %. (Petrová Kafková, 2013, s. 14–15)

Pro tento očekávaný nárůst seniorské populace se příprava na stárnutí v České republice stala i nedílnou součástí politiky vlády, jejím koordinátorem je Ministerstvo práce a sociálních věcí. V dokumentu Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017 je přímo vytýčeno: *„Seniorům je třeba zajistit maximální sociální, politickou i ekonomickou participaci na životě společnosti, zejména finančně a místně dostupnou dopravu, odpovídající úroveň bydlení a poskytovaných služeb a přístup ke kulturnímu a společenskému životu a nezbytné bezpečné zázemí pro zapojení se do mezigeneračního dialogu.“* Opakovaně pak tento dokument ukládá a vyzývá obce a kraje ke spolupráci při zajišťování podmínek života pro seniory v dané lokalitě. Zapojit se do preventivních programů, *„zabývat se rozvojem svého území a potřebami svých občanů“*, a to podporou vytváření místních komunit. Účast seniorů na životě společnosti neznamená jen pozitiva pro ně samotné. Senioři přinášejí potenciál celoživotních zkušeností a obohacují tím život dané komunity. Podpora dobrého zdraví se pak odráží například i na výdajích za zdravotní péči. (Národní...)

1.1.3 Aktivní stárnutí

Aktivní stárnutí bylo dříve vnímáno jako sociálně politický pojem. Světová zdravotnická organizace (WHO) ho definuje jako: *„proces co nejlepšího využití*

příležitosti pro zdraví, participaci a bezpečnost ke zlepšení kvality života lidí v průběhu stárnutí“. Kdy právě slovo aktivní se zde vztahuje: *„na pokračující participaci ve všech oblastech života, tedy v oblasti společenské, ekonomické, kulturní, duchovní i občanské, nejen na schopnost fyzické aktivity či participace na trhu práce“.* Přestože byl tento koncept aktivního stárnutí podroben ostré kritice, ne všichni mohou stárnout podle tohoto „definovaného ideálu“, jeví se jako velmi přínosný. Zejména z důvodu, že *aktivitou se rozumí jakákoliv její úroveň, především přizpůsobená konkrétnímu člověku, jeho individuálním možnostem.* Aktivní stárnutí tedy může mít řadu dimenzí. Hlavním přínosem je smysluplně trávit čas, mít ze své aktivity potěšení, tak aby se člověk těšil i na další den. (Holmerová, Jurašková, Müllerová, Vidovičová, Habrcetlová, Matoulek, Suchá, Šimůnková, 2014, s. 153–154)

Aktivní stárnutí je mnoha odborníky vnímáno také jako základ pro seniorskou politiku zemí, jeví se jako určité řešení nejen pro samotné seniory, ale i pro společnost. Člověk se ani ve vyšším věku nemusí vzdávat aktivit a může být zapojen do pracovního procesu. Je důležité jej podporovat v nacházení smysluplnosti života, aly byla co nejdéle zachována jeho autonomie. Vytváření prostoru pro tuto seberealizaci a sebeaktualizaci je do značné míry záležitostí veřejných činitelů a politiků. Stárnoucí člověk je nedílným příslušníkem společnosti, součástí konceptu aktivního stárnutí je proto i integrace seniorů do společnosti. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 12)

Již od doby starých Římanů známe heslo „Mens sana in corpore sano“ – „Ve zdravém těle zdravý duch“. Tým biologa Grusse prokázal, že ve vyšším věku potřebuje člověk stále větší účast mozku ke všem tělesným aktivitám. Pokud tedy ve stáří trénujeme své tělo, soulad mezi aktivitou a koordinací pak vyžaduje méně duševní aktivity. Duševní kapacitu pak lze využívat pro jiné oblasti a zůstat déle vitální i v tomto věku. (Gruss, 2007, s. 16-17)

Stejně tak hovoří o úpadku aktivity a nečinnosti ve stáří Rheinwaldová (1999, s. 8-9). Pokud propadneme domněnce, že stáří znamená nutnost se šetřit a odpočívat, dosáhneme pouze ještě většího omezení vitality. *Je zapotřebí žít zdravě a střídat dostatečně odpočinek pro obnovení sil a aktivní činnost pro zachování fungování těla i mysli po dlouhá léta.* Nejsme-li v dobré kondici, snižujeme si tak především odolnost proti nemocem. Potřebu především fyzické kondice pak prokázala i mimo jiné desetiletá studie zabývající se pozorováním skupiny šedesátiletých seniorů, kteří intenzivně cvičili. Výsledkem studie bylo zjištění, že se v sedmdesáti tito jedinci cítí mladší, výkony

se zlepšily a jsou ve výborné kondici. *Chceme-li tedy zdravě stárnout, je nutné vylepšit faktory jako je výživa, myšlení, životní styl, životní prostředí a neméně tak aktivita.*

Snaha soustředit se na určité podávání výkonu, která z konceptu aktivního stárnutí vyplývá, se však může stát kontraproduktivní. Pokud by se stala aktivita jakousi očekávanou normou, může se stát pro ty seniory, kteří nestačí plnit nároky „aktivního stárnutí“ přímo diskriminační. (Vořanská, 2018, s. 115)

Aktivita ve stáří by vždy měla mít smysluplnost, především odpovídat individuálním potřebám seniora, přinášet jeho životu smysl, zvyšovat kvalitu života a podpořit spokojenost seniora s tím, „*čím je, jak mu je a co dělá*“. (Holmerová a kol., 2014, s. 173)

Jak již bylo výše popsáno, stárnutí populace je nezadržitelné a týká se každého z nás. Pokud nebude demografickým změnám věnována dostatečná pozornost, hrozí především malým obcím postupné vymírání. Koncept aktivního stárnutí pak nabízí jednu z možných forem řešení tohoto problému. Je však potřeba tento koncept nejen uznávat, ale pomáhat ho také především samotným seniorům realizovat. Jednou z forem pomoci pak mohou být právě volnočasové aktivity zaměřené na podporu soběstačnosti.

1.2 Senior

„Senior je člověk v završující životní fázi se specifickým postavením ve společnosti.“ (Sak, Kolesárová, 2012, s. 25)

Senioři jsou cílovou skupinou, na kterou se realizovaný výzkum zaměřuje. Pojem senior je tedy jedním z klíčových prvků bakalářské práce a jejího cíle. Samotný pojem senior však nemá jednoznačný výklad. V následující části práce se proto zaměřím na specifikaci tohoto pojmu. Dále budou vymezeny také pojmy potřeby seniorů a péče o seniory. Péče o seniory by měla reagovat na jejich potřeby a tvořit základ smysluplné podpory soběstačnosti. Cílem této práce je právě zjistit, do jaké míry jsou volnočasové aktivity na malých obcích s podporou soběstačnosti seniorů spojeny. Proto je potřebné tyto pojmy vyjasnit.

1.2.1 Pojem senior

Pro pochopení pojmu senior upozorňují autoři Sak a Kolesárová (2012, s. 25-29) na nutnost vyjít z několika vzájemně se prolínajících aspektů a to biologicko-medických se sociologickými. Je to přechod ze středního věku do životní fáze, kterou završuje smrt. Sociální hlediska většinou určují nepřesnou hranici počátku označení

člověka jako seniora, neboť záleží mimo jiné i na věku samotného posuzovatele a na socio-kulturních podmínkách dané společnosti. Věk sám o sobě pak představuje především formální identitu seniora. Ani zde však není jednotná hranice. Nejčastěji je v české společnosti senior vnímán jako člověk po šedesátce pobírající starobní důchod. Je již prarodičem a má řadu zdravotních problémů nebo mu tyto hrozí.

Také dle autorů Janiše a Skopalové (2016, s. 32–34) nelze seniora jednoduše charakterizovat. Je velmi složité najít objektivní faktor jasně vymezující seniora. Nelze jej například jednoznačně spojit s narozením vnoučat – „babičkou“ se žena může stát kolem čtyřicátého roku věku. Stejně tak není rozhodující ani odchod do důchodu – člověk, který splní věkovou hranici pro starobní důchod a dále pracuje, by také nebyl senior. Jako jediný objektivní faktor se tak ukazuje věk. Je to faktor přirozený, jednoduše statisticky zaznamatelný. K identifikaci člověka jako seniora na základě kalendářního věku se vedle mnoha odborníků přiklání také Světová zdravotnická organizace (WHO). Ve vyspělých státech tak za seniora převážně definují člověka, který dosáhl 65 a více let.

Přestože je pojem senior hojně v naší společnosti užíván, jeho ukotvení v legislativě stále chybí. Dříve bylo uplatňováno pojmenování důchodce. Poživatel důchodu však nemusí vždy patřit ke starší generaci. Mnoha aktivním starobním důchodcům je toto označení nepříjemné a daleko více se ztotožnili právě s pojmem senior. (Právní...)

Také v tomto výzkumu je zvolena kategorie senior na základě kalendářního věku, a to od 65 let. Jedním z faktorů pro volbu dané věkové hranice je i současný trend zvyšování odchodu do důchodu ve věku 65 let.

1.2.2 Potřeby seniorů

Potřebou obecně rozumíme určitou činnost, která nás vede k uspokojení organismu vyvolané nedostatkem nebo nadbytkem. Máme hlad, jdeme se najíst. Uspokojováním potřeb tak zajišťujeme přežití organismu. Senioři, stejně jako každý člověk, potřebují uspokojovat především každodenní základní potřeby. U starší generace pak dochází k určitým změnám v hodnotové orientaci potřeb. Více než dříve se zvyrazňují potřeby fyziologické a z psychosociálních pak především vystupuje do popředí potřeba bezpečí, jistoty, lásky, sounáležitosti. (Mlýnková, 2011, s. 47)

Potřebou nerozumíme pouze uspokojení něčeho chybějícího, mnohdy skrze potřebu k něčemu člověk směřuje. Potřeba se tak stává silou, která člověka posunuje k druhému člověku, předmětu nebo činnosti. Potřeba je tak projevem bytostného přání. Nejvíce času

pak věnují nejen senioři uspokojování fyziologických potřeb. Nelze však ani opomíjet potřeby z ostatních sfér. Potřebou bezpečí = jistoty, se rozumí jak fyzická, ale také psychická a ekonomická jistota. U seniorů vystupují do popředí i sociální potřeby – kontakt, komunikace, být s někým. Žádný člověk nemůže žít dlouho sám. Potřeba uznání a vážnosti tvoří součást autonomie člověka, i v závěru života touží být člověk užitečný. Snad ještě závažněji pak vystupuje do popředí potřeba dát svému životu smysl. Lidské potřeby pak utváří celek spojující všechny stránky života člověka. (Pichaud, Thareauová, 1998, s. 36-41)

Své potřeby si člověk zajišťuje v každém věku uspokojujícím způsobem. Potřeby si pak zajišťuje sám nebo je závislý na pomoci druhých. Po období ranného dětství je to právě stáří, kdy se člověk stává při uspokojování potřeb opět závislým. (Dvořáčková, 2012, s. 40)

1.2.3 Péče o seniory

Péče o seniory se dnes stává meziřesortní – prolíná se především oblast zdravotní a sociální. Její kvalita a efektivita je však ovlivňována řadou faktorů. Díky moderní medicíně se dožíváme vysokého věku, zůstává však otázkou, v jaké kvalitě. Hlavním cílem péče by mělo být zachování soběstačnosti a zajistit pocit potřebnosti, který má pro člověka především ve stáří velký význam. (Holmerová a kol., 2014, s. 18)

Stárnutí postupně vyvolává ztrátu řady schopností a člověk začíná být závislý na pomoci druhých. Závislost může být fyzická (omezení schopnosti pohybu), psychická (ztráta schopnosti myslet, říci svůj názor) nebo socioekonomická (člověk si není schopen sám zajistit bydlení, potraviny atd.). Závislost pak dosahuje různého stupně od nezávislý až po plně závislý. *Jestliže dokážeme včas přijmout preventivní opatření, můžeme ztrátě nezávislosti a samostatnosti zabránit nebo ji alespoň zpomalit.* (Folch, 2006, s. 253-254)

Pokud má být sociální práce přínosná, je základem porozumění cílové skupině, na kterou se zaměřuje. Bez znalosti především potřeb, ale také limitů klientů nelze smysluplně poskytovat jakoukoliv sociální péči nebo podporu. Špatná nebo nevhodně poskytnutá pomoc pak dokonce může klienta poškodit. Proto je důležité osobnost seniora nejen pochopit, ale také jej respektovat a vycházet z těchto poznatků při sestavování jakýchkoliv programů sociální práce.

1.3 Volnočasové aktivity

Volnočasové aktivity, tedy aktivity pro naplnění volného času, se zdaleka netýkají jen seniorů. V každém věku je potřeba najít hodnotný způsob trávení volného času. Zatímco mladší generace má problém při práci, péči o rodinu nebo studiu nějaký volný čas vyšetřit, senioři ho mají relativně dostatek. Je žádoucí jej naplnit dobře strukturovaným programem a učinit z aktivit „páteř“ svého života. (Haškovcová, 2010, s. 178-179)

Volnočasové aktivity a jejich pořádání na malých obcích ve spojení s podporou soběstačnosti seniorů jsou hlavním cílem výzkumu. Jsou tedy rovněž klíčovým prvkem práce. V následující kapitole se proto zaměřuji na objasnění pojmu volný čas seniorů a samotné volnočasové aktivity, jejich smysluplnost a přínos pro seniory a popíši některé z nich.

1.3.1 Volný čas seniorů

Jak uvádí Haškovcová (2010, s. 170-179) „čas je to jediné, co skutečně máme, a všichni víme, že ho máme „do času““. Je potřeba vnímat, že lidský život je konečný, ale nekončí penzionováním. Téměř třetinu lidského věku pak představuje seniorský věk, je proto žádoucí jej nepromarnit, ale naopak prožít kvalitně. Byť na jedné straně senioři nemají čas, na druhé ho mají „nekonečně“ mnoho.

Pokud definujeme volný čas jako vše, co je „po práci“, mohli bychom říci, že senioři ve starobním důchodu mají vlastně všechn čas volný. Někteří senioři svůj čas vyplňují aktivitami, na které dosud neměli prostor (nové koníčky, splnění snů), nebo jich nebylo potřeba (hlídání vnoučat, péče o dlouhověké rodiče). Velkou roli pak v pojmu volný čas hraje zdravotní stav a ubývající energie, kdy na uskutečnění stejné činnosti nyní potřebuje senior mnohem delší časový úsek. Tento stav pak často vede k nedostatku času pro sebe samého. (Holmerová a kol., 2014, s. 162)

Jak uvádí Zgola (2003, s. 159), volným časem však rozumíme také čas pohody, bez stresu a cílených požadavků. Ne každý volný čas musí být aktivní, je třeba respektovat potřebu individuálního odpočinku.

Volný čas však ani pro seniory nelze jednoznačně definovat. Existují dva rozdílné přístupy, z nichž různé definice vycházejí. Prvním přístupem je volný čas vnímán jako zbytkový čas po odečtení povinných činností. Druhý přístup vymezuje volný čas

pozitivně – neříká, co volný čas nezahrnuje. Oba přístupy nacházíme v definici primárně určené pro seniory:

„Volný čas seniorů je takový čas, kdy jsou provozovány zájmové aktivity na základě fyzických, psychických, sociálních a zájmových aspektů jednotlivých osob, které jsou vykonávány mimo čas věnovaný péči o vlastní osobu, domácnost, rodinu a uspokojování základních potřeb jedince v seniorském věku. Jedná se o takové aktivity, které přinášejí radost, zábavu, spokojenost, potěšení a uspokojení.“ (cit dle Janiš ml., 2011, s. 694)¹

U seniorů pak dochází k široké a komplexní proměně volného času oproti předchozím roků života. (Janiš, Skopalová, 2016, s. 14-17)

Výrazně se především odchodem do důchodu rozšíří objem času, o kterém senior rozhoduje sám. Ukončení pracovní aktivity zasáhne mnoho životních oblastí seniora a může mít jak pozitivní, tak negativní dopad. Vedle ulehčení od pracovních povinností může nastat sociální frustrace, pocit zbytečnosti, izolovanosti. (Sak, Kolesárová, 2012, s. 99–100)

1.3.2 Volnočasové aktivity pro seniory

Volnočasové aktivity pro seniory mohou zajistit zachování zdravého duševního a fyzického stavu člověka poskytnutím konkrétní fyzické činnosti, mentální stimulací, ale také příležitostí k sociálnímu kontaktu a společenskému životu, který je základem pro zdravou psychiku člověka. Mohou výrazně snížit úzkost, deprese a frustrace jedinců z jejich zdravotní nebo sociální situace. Pokud dokáže aktivita obsahovat zábavnou i terapeutickou složku uspokojující potřeby starého člověka, jsou pak velmi účinné a vyhledávané. Většina odborníků se shoduje v názoru, že v každém věku vede činnost ke zdraví. Především fyzické cvičení pak prokazatelně nejen předchází, ale i zlepšuje celkový stav organismu. Nestačí však pouhý úklid, práce na zahrádce anebo procházka, je potřeba zařadit komplexní cvičení. Stejně tak i mysl správně funguje, když na ni nepřestaneme klást odpovídající nároky. (Rheinwaldová, 1999, s. 12-19)

Právě činnost může výrazně snižovat negativní důsledky stárnutí. Fyzické či mentální zahálení vždy vede k větší nesoběstačnosti a závislosti na pomoci druhých. Dle individuálních potřeb seniorů se pak nabízí široké spektrum aktivit. Nezastupitelné místo má společenská funkce aktivit, která zajišťuje kontakt s ostatními lidmi včetně

¹ JANIŠ, K. ml. 2011. Volný čas seniorů. In: POLÁCHOVÁ VAŠŤATKOVÁ, J. a A. BAČÍKOVÁ (eds.). *Aktuální problémy pedagogiky ve výzkumech studentů doktorských studijních programů VIII*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. s. 693-700. ISBN 978-80-244-2815-4.

vrstevníků a předchází tak sociální izolaci a osamělosti. Aktivity fungují také jako „mentální odbočky“, pokud se něčím zabýváme, nemáme čas vnímat, že nás něco bolí, nebo máme jiné starosti. Velkým přínosem aktivit je uspokojování vyšších potřeb člověka, jako je potřeba uznání, seberealizace. Aktivity nám již vedle zmíněných pozitiv také pomáhají udržet strukturu dne, přinášejí potěšení, radost, zábavu, pocit sounáležitosti a pomáhají zdokonalit a uchovat stávající fyzické i psychické schopnosti a soběstačnost. (Suchá, Jindrová, Hátlová, 2013, s. 13–14)

Vedle prevence sociálního vyloučení mohou volnočasové aktivity také napomoci snižovat potřebu péče ze strany státu. V souběhu s dostupnými terénními sociálními službami, rozvojem bytové politiky pro seniory a zlepšováním zdraví, tak může aktivní a různorodá činnost seniorů vést ke snižování potřeb speciální zdravotní péče a snížit poptávku po pobytových zařízeních, která nyní převyšuje nabídku. (Bočková a kol., 2011, s. 77)

1.3.3 Typy volnočasových aktivit

Škála aktivit pro trávení volného času je nesmírně široká. Ve vyšším věku pak mezi oblíbené aktivity patří spíše činnosti osobnějšího charakteru – čtení, kontakt s rodinou, procházky, pasivní odpočinek. Uprostřed zájmu nacházíme aktivity, jako jsou návštěvy divadla, muzea a jiné kulturní aktivity, nejmenší zastoupení pak mají aktivity náročné na zdravotní stav a potřebu nějaké formy kapitálu. Rozdíl nacházíme také mezi muži a ženami. Zatímco muži dávají přednost kutilství, sportovním akcím v roli diváka, údržbě obydlí a zahradničení, ženy naopak preferují pasivnější odpočinek formou čtení knih, luštění, sledování televizních soutěží a kvízů. Velmi oblíbené jsou u nich posezení s rodinou a návštěvy kaváren, čajoven. Zájem o aktivity také výrazně odráží rostoucí věk, kdy se od návštěv divadel, představení, plesů a jiných aktivit mimo domov postupně odklání směrem k pasivnímu odpočinku – čtení, zahradničení, poslech rádia. Zajímavým zjištěním je angažovanost v dobrovolnictví, která takovou závislost na věku nevykazuje. Stejně je tomu například u vlastní umělecké činnosti. (Holmerová a kol., 2014, s. 162)

Podstatou volnočasových aktivit musí být jejich smysluplnost. Tu splňuje zachování určitých kritérií. Každá aktivita musí být především prováděna dobrovolně, mít jasný účel, být příjemná, společensky přijatelná a neměla by vést k neúspěchu. Smysluplnost

činnosti pak také přímo závisí na konkrétních účastnících, a to především na jejich zdravotním stavu. (Zgola, 2003, s. 153-155)

Při volbě konkrétních volnočasových aktivit je pak nutné respektovat samostatné rozhodování, co by senioři chtěli dělat. Nezbytné je také upravit volnočasové aktivity tak, aby byly v souladu se zdravím, fyzickou i psychickou kondicí seniorů. K tomu může výrazně pomoci i kvalitní zázemí umožňující realizaci konkrétní aktivity. Vedle technického vybavení hraje významnou roli také osoba, která zajišťuje přípravu a vedení aktivit a její znalost cílové skupiny seniorů. Motivaci seniorů k zapojení do aktivit vysoce zvyšuje způsob komunikace. Nevhodný způsob je naopak může odradit od zapojení do těchto aktivit. (Bočková a kol., 2011, s. 78-81)

Z konkrétních typů volnočasových aktivit následně uvádím příklady těch, které nejsou náročné na prostor, finanční ani materiálové zajištění a mohou tak být dobře realizovatelné i v prostředí malých obcí.

Pohybová aktivita – má vysoký přínos v každém věku, jak pro somatický, tak psychosociální rozvoj. U seniorů pak pohyb znamená zachování pohybové samostatnosti, zpomalení degenerativních změn. Tělesné účinky sportu však mají výrazně pozitivní dopad i na psychologickou a společenskou oblast života seniora. Může se přitom jednat jak o aktivní sportovní zapojení, tak pohybové činnosti při běžných denních aktivitách, ale i o pasivní účast především v roli diváka. (Slepička, Mudrák, Slepičková, 2015, 47–48)

Trénování paměti – paměť nám pomáhá nejen přijmout a zpracovat informace, ale pomáhá nám také uchovat naše zážitky, vzdělání, najít cestu domů a doprovází také každodenní činnosti člověka. Její oslabení se projevuje ve ztrátě osobnosti, základních životních schopnostech, v komunikaci. Stejně tak jako lze trénovat tělo, můžeme trénovat paměť. Jsou to buď přímo hodiny „duševního tělocviku“, soubory určitých cvičení, ale i trénování prostřednictvím společenských her, luštění křížovek. (Preiss, Křivohlavý, 2009, 24-40)

Edukace – vzdělávání seniorům přináší nejen informace, ale také umožňuje seberealizaci a sebeaktualizaci. Velkou výhodou vzdělávání je výběr dle svých zájmů a možností. Dochází k mobilizaci intelektových a kognitivních funkcí a tím upevnění fyzického i duševního zdraví. Nejen že dochází k rozšíření znalostí a dovedností,

ale vzdělávací aktivity pomáhají k získávání nových vztahů a zamezení prohlubování sociální izolace a osamění. (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 42–43)

Ergoterapie – prostřednictvím smysluplného zaměstnávání je cílem ergoterapie zachovat a podpořit schopnosti člověka pro pracovní, zájmové i rekreační činnosti běžného denního života. Umožnit lidem s různým postižením z důvodu nemoci, úrazu nebo procesu stárnutí zachovat si maximální soběstačnost. (Co je...)

V praxi jsou to mimo jiné běžné činnosti jako je vaření, pečení, ruční práce, kutilské práce, starost o zahradu. Velmi dobře pak můžeme ergoterapii kombinovat s dalšími aktivitami jako je muzikoterapie, aromaterapie nebo reminiscenční terapie. (Holczerová, Dvořáčková, 2013, s. 38-39)

Arteterapie – v širším pojetí se jedná o léčbu uměním, v užším pojetí ji pak definujeme jako léčbu výtvarným uměním. Jedná se buď o vnímání a prožívání díla nebo samotnou tvorbu – kresby, modelování, koláž. (Šicková-Fabrici, 2002, s. 30)

Při práci se seniory má velký přínos arteterapie u posilování jemné motoriky, paměti, vědomí vlastní hodnoty. Velmi významně pomáhá přizpůsobit se sociálním změnám, ztrátě zdraví a jiným specifickým důchodového věku. (Šicková-Fabrici, 2002, s. 65)

Reminiscenční terapie – využívá práci se vzpomínkami. Často jsou vzpomínky to jediné, co ve stáří zůstává. Právě reminiscenční terapie je založena na uznání důležitosti vzpomínat. Vzpomínky seniorů pak bývají mnohdy opomíjeny, ty však mohou seniorům pomoci například adaptovat se na nové prostředí, novou sociální situaci. Základem je podpora vzpomínání na příjemné události. V rámci terapie se tvoří různé vzpomínkové knihy, kufříky, ale mohou to být také reminiscenční vycházky, výstavy, vzpomínání na různá témata. (Špatenková, Bolomská, 2011, s. 9)

Kulturně společenské aktivity – přestože je ve společnosti tento termín hojně užíván, nenajdeme přesnou definici tohoto pojmu. Nejčastěji je užíván pro označení aktivit, při kterých se schází společnost, za účelem jakékoliv kulturní činnosti. Jedná se o pořádání hodů, masopustů, jarmarků, divadelních představení i udržování tradic a rituálů za účasti široké veřejnosti.

„Bylo by proto dobré, kdyby se všude, i v malých obcích, otvíraly kluby či centra pro seniory, kde by mohli své tvořivé schopnosti objevovat či rozvíjet.“ (Rheinwaldová, 1999, s. 18)

Prostřednictvím volnočasových aktivit dochází prokazatelně k udržení nebo ke zlepšení zdravotního i psychického stavu seniorů neboli podpoře zachování soběstačnosti. Sociální práce má za cíl řešit, ale také předcházet nepříznivým sociálním událostem. Jak je popsáno v této kapitole, volnočasové aktivity tyto cíle prokazatelně naplňují. Splňují představy konceptu aktivního stárnutí za plného respektování potřeb seniorů a mohou na malých obcích významně pomoci řešit problém demografického stárnutí.

Z informací uvedených v teoretické práci pak vyvstaly následující výzkumné otázky, které jsou popsány v kapitole 2.1 Cíl výzkumu.

1.4 Výzkumný problém

V sociálních zařízeních, v rámci plánování poskytování sociálních služeb, jsou do programů péče pravidelně zařazovány aktivizační činnosti – volnočasové aktivity. Jak bylo výše popsáno, jejich přínos pro život seniorů je velmi významný. Tyto zařízení mají své pracovníky a odborníky, kteří se vedení aktivit věnují. Nalézáme je však převážně ve velkých městech, kde nabídku péče o seniory včetně volnočasových aktivit podporujících soběstačnost seniorů zajišťují také různá denní centra, kluby, knihovny nebo kavárničky pro seniory. Senioři tak nejen mohou trénovat fyzické i psychické schopnosti, ale také smysluplně trávit volný čas. Ale i na malých obcích lidé stárnou a jejich počet výrazně narůstá. Také zde potřebují péči nejen formou zajištění dovozu obědů, nákupů a pomoci při úklidu. Jejich volný čas je stejný jako ten „městský“. Jednou ze složek, která má o všechny své občany pečovat, jsou samosprávy obcí. Nejmenší obce, takzvané jedničkové, s běžnými obecními úřady, mají často přímo starostu obce i jako hlavní kontaktní osobu pro sociální otázky. Další pracovníci zabývající se sociální prací zde nebývají. Přesto lze říci, že obce mají potenciál pomoci seniorům například právě trávit smysluplně volný čas, a to prostřednictvím organizování volnočasových aktivit. Obce také často disponují vhodnými prostory pro možnost jejich pořádání – jsou to budovy škol, školek, knihovny, sportovní areály. Mají rovněž možnost při jejich organizaci spolupracovat s místními spolky a dobrovolníky. Proto jsem si stanovila za cíl zjistit, zda a jak na malých obcích volnočasové aktivity se zaměřením na podporu soběstačnosti seniorů probíhají.

2 Empirická část

Provedeným výzkumem bych ráda zmapovala problematiku volnočasových aktivit pro seniory na malých obcích. Druhá část práce se zaměřuje na samotný kvantitativní výzkum. Popisuje cíl výzkumu, stanovení hypotéz, použité metody a v neposlední řadě výsledky výzkumu.

2.1 Cíl výzkumu

Cílem práce je pomocí kvantitativního výzkumu zjistit zajištění volnočasových aktivit pro seniory na malých obcích do 1000 obyvatel, četnost, kvalita, zaměření, která složka v obci je pořádá, kdo poskytuje zázemí pro jejich pořádání, kdo aktivity financuje, jaké jsou případné potíže při jejich organizaci a jak jsou s nimi spokojeni samotní senioři.

Obce, jak uvádím podrobně v kapitole 2.3.1, byly rozděleny do tří kategorií podle počtu obyvatel a v rámci výzkumu budou tyto kategorie vzájemně porovnány.

Byly stanoveny následující výzkumné otázky:

- 1) Zabývá se obec problematikou života seniorů v obci?
- 2) Zabývá se obec volnočasovými aktivitami?
- 3) Pořádají se volnočasové aktivity výhradně pro seniory?
- 2) Kdo aktivity objednává, organizuje, financuje?
- 5) Jaké je hlavní zaměření aktivit?
- 6) Jaká je kvalita aktivit?
- 7) Jaké jsou překážky pro pořádání aktivit?
- 8) Jak se senioři o pořádaných aktivitách dozvídají?
- 9) Jaká je spokojenost se zaměřením aktivit a jaký je přínos pro život seniorů?
- 10) Jaký je zájem o aktivity ze strany seniorů?
- 11) Jaké jsou důvody pro účast či neúčast na aktivitách?

2.2 Stanovení a operacionalizace hypotéz

Výzkumné otázky jsou zaměřeny na samosprávu obcí i na seniory, jsou proto zapracovány do dvou samostatných dotazníků – dotazník pro samosprávu obcí a dotazník

pro seniory. Následující hypotézy jsou utvořeny samostatně pro obě skupiny respondentů, jejich rozdělení je uvedeno v dalších kapitolách. Hypotézy jsou stanoveny jako existenční. Dále uvádím zjištěná data nejen v sumarizaci, ale také za jednotlivé kategorie obcí. Ve výsledcích bude zpracována analýza dat souhrnně a provedeno porovnání jednotlivých kategorií.

2.2.1 Hypotézy k výzkumu zaměřenému na samosprávy obcí

Hypotéza č. O1): Předpokládáme, že 0 % obcí ve všech kategoriích uvede zpracování programu péče, případně jiného dokumentu zaměřeného na podporu seniorů, nebo pověřeného pracovníka (skupinu) zabývajících se problematikou seniorů.

Operacionalizace: Hypotéza bude potvrzena, pokud 0 % obcí odpoví „ano“ na otázku č. 1) a „ano“ na otázku č. 2).

Hypotéza č. O2): Předpokládáme, že 50 % obcí ve všech kategoriích uvede pořádání alespoň jedné volnočasové aktivity ročně zaměřené výhradně pro seniory.

Operacionalizace: Dotazu na konkrétní počet aktivit předcházejí testovací otázky, s jakými alternativami obec tento pojem spojuje a zda se aktivitami zabývá, nebo může čerpat z jiných zdrojů – otázky č. 3), 4) a 5). Počet volnočasových aktivit výhradně pro seniory zjišťuje otázka č. 9). Hypotéza bude potvrzena, pokud 50 % obcí v každé kategorii zvolí variantu „1“ a více.

Hypotéza č. O3): Předpokládáme, že 20 % obcí ve všech kategoriích uvede, že objednávání a organizaci volnočasových aktivit zajišťuje výhradně samospráva obce.

Operacionalizace: Data budou získána z odpovědí na otázky č. 10) - objednatel, č. 11) – pořadatel. Hypotéza bude potvrzena, pokud 20 % obcí zvolí v obou otázkách odpověď „obec“.

Hypotéza č. O4) Předpokládáme, že 20 % obcí ve všech kategoriích uvede jako zdroj financování rozpočet obce.

Operacionalizace: Hypotéza bude potvrzena, pokud 20 % obcí odpoví na otázku č. 15) „z rozpočtu obce“.

Hypotéza č. O5): Předpokládáme, že obce ve všech kategoriích uvedou do 10 % pořádání volnočasových aktivit se zaměřením na podporu soběstačnosti seniorů.

Operacionalizace: Pro účely tohoto výzkumu nepovažujeme za přímou podporu soběstačnosti kulturně společenské aktivity a aktivity bez konkrétního tématu. Hypotéza se potvrdí, pokud obce zvolí v otázce č. 13) „Jakou formou...“ do 10 % jinou variantu

než „kulturně-společenské“ a v otázce č. 14) „Jaké téma...“ do 10 % jinou variantu než „bez určení konkrétního tématu“.

Hypotéza č. O6): Předpokládáme, že obce ve všech kategoriích uvedou, že volnočasové aktivity v 90 % nejsou vedeny odborníkem a není zjišťována zpětná vazba.

Operacionalizace: Hypotéza bude potvrzena, pokud 90 % obcí zvolí odpověď v otázce č. 12) „ne“ a v otázce č. 18) „ne“.

Hypotéza č. O7): Předpokládáme, že obce ve všech kategoriích uvedou v 80 % jako překážku při organizování aktivit nedostatek finančních prostředků na úhradu aktivit.

Operacionalizace: Na zjištění překážek organizování je zaměřena otázka č. 7) – u obcí, které aktivity vůbec nepořádají a otázka č. 17) – obce, které aktivity pořádají. Hypotéza bude potvrzena, pokud obce v 90 % odpoví na otázku č. 7) „chybí finanční prostředky“ nebo v otázce č. 17) „finanční prostředky“.

Hypotéza č. O8): Předpokládáme, že obce ve všech kategoriích uvedou, že využívají minimálně tři informační kanály pro zajištění oznámení o konání volnočasových aktivit.

Operacionalizace: V otázce č. 19) je nabídnut výčet i možnost odpovědi „jiné“. Hypotéza bude potvrzena, pokud budou vybrány tři a více variant.

2.2.2 Hypotézy k výzkumu zaměřenému na seniory

Hypotéza č. S1): Předpokládáme, že 50 % seniorů uvede, že obce všech kategorií pořádají aktivity zaměřené výhradně pro seniory.

Operacionalizace: Na zjištění pořádání aktivit je zaměřena otázka č. 3). Hypotéza bude potvrzena, pokud 50 % seniorů zvolí jinou variantu než „0“.

Hypotéza č. S2): Předpokládáme, že 10 % seniorů uvede, že volnočasové aktivity pořádané výhradně pro seniory jsou zaměřeny na podporu soběstačnosti.

Operacionalizace: Zaměření na soběstačnost je testována otázkami č. 8) a č. 9). Pro maximalizaci výčtu jsou tyto otázky doplněny také nabídkou „jiné, prosím uveďte...“.

Hypotéza bude potvrzena, pokud 10 % seniorů zvolí v otázce č. 8) „Jakou formou...“ jinou variantu než „kulturně-společenské“ a v otázce č. 9) „Jaké téma...“ jinou variantu než „bez určení konkrétního tématu“.

Hypotéza č. S3): Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede, že volnočasové aktivity nejsou vedeny odborníkem a není zjišťována zpětná vazba.

Operacionalizace: Hypotéza bude potvrzena, pokud 90 % respondentů zvolí variantu v otázce č. 7) „ne“ a v otázce č. 13) „ne“.

Hypotéza č. S4): Předpokládáme, že 80 % seniorů uvede jako hlavní nedostatek při účasti na aktivitách potřebu finančního kapitálu.

Operacionalizace: Na ověření skutečnosti se zaměřuje otázka č. 12). Hypotéza bude potvrzena, pokud z uvedeného výčtu možností zvolí 80 % respondentů variantu „finanční...“

Hypotéza č. S5): Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede, že obce všech kategorií využívá minimálně tři informační kanály pro zajištění oznámení o konání volnočasových aktivit.

Operacionalizace: V otázce č. 2) je nabídnut výčet i možnost odpovědi „jiné“. Hypotéza bude potvrzena, pokud 90 % respondentů označí tři a více variant.

Hypotéza č. S6): Předpokládáme, že 70 % seniorů uvede spokojenost s pořádanými aktivitami.

Operacionalizace: Na tuto oblast se zaměřují otázky č. 4), 10) a 11). Hypotéza bude potvrzena, pokud minimálně ve dvou z těchto tří otázek zvolí 70 % respondentů u otázky č. 4) „ano...spokojen“, č. 10) a 11) „ano“ nebo „spíše ano“.

Hypotéza č. S7): Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede zájem se volnočasových aktivit účastnit.

Operacionalizace: Respondenti se mohou zúčastňovat aktivit kdekoliv, zájem o aktivity je proto ověřen otázkou jak na účast v místě, tak v jiných obcích. Hypotéza bude potvrzena, pokud 90 % respondentů zvolí u otázky č. 5) variantu „téměř vždy“ nebo „občas“ a u otázky č. 14) variantu „ano“.

Hypotéza č. S8) Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede, že důvodem pro neúčast na aktivitách je zdravotní stav.

Operacionalizace: Hypotéza bude potvrzena, pokud 90 % respondentů zvolí variantu u otázky č. 6) „ze zdravotních důvodů“

Hypotéza č. S9) Předpokládáme, že 80 % seniorů uvede, že je důvodem pro neúčast na aktivitách v jiných obcích špatná dopravní obslužnost

Operacionalizace: Hypotéza bude potvrzena, pokud 90 % respondentů zvolí variantu u otázky č. 16) „chybí dopravní obslužnost“.

Hypotéza č. S10) Předpokládáme, že 50 % seniorů uvede, že důvodem účasti na aktivitách v jiných obcích je malý počet aktivit v domovské obci.

Operacionalizace: Hypotéza bude potvrzena, pokud 90 % respondentů zvolí variantu u otázky č. 15) „větší počet zážitků“.

2.3 Metodologie výzkumu

Pro tuto práci jsem zvolila metodu kvantitativního výzkumu. Cílem výzkumu je oslovit větší množství respondentů. Právě kvantitativní výzkum je pro zkoumání velkých skupin vhodný, umožňuje reprezentativní šetření a zobecnění na populaci. Poskytuje také přesná numerická data bez vlivu výzkumníka. (Olecká, Ivanová, 2010, s. 11)

Dále bude popsán výzkumný vzorek, technika, popis sběru dat a také jejich zpracování.

2.3.1 Výzkumný soubor

Základem pro výzkum je zvolit takový vzorek, aby kopíroval složení populace. Snahou je docílit takového výsledku, který by odpovídal výsledkům z celé populace. Především v kvantitativním výzkumu se dá celý vzorek zkoumat jen výjimečně. Vzorek pak musí napodobit maximálně složení populace. (Disman, 2014, s. 92-94)

Populací rozumíme základní rozsáhlý soubor složený z přesně definovaných prvků, které jsou velmi rozmanité. Tento soubor vymezují společné vlastnosti, které jsou podstatné pro náš výzkum. Soubor se skládá z jednotek, o nichž pak předpokládáme, že pro ně budou naše závěry platné. Skupina těchto jednotek pak tvoří vzorek, který skutečně pozorujeme. Vzorek je potřeba strukturovat tak, aby se co nejvíce přibližoval složení populace. Pro složení vzorku pak využijeme buď pravděpodobnostní (typický pro kvantitativní výzkum) nebo nepravděpodobnostní (typický pro kvalitativní výzkum) výběr a dále pak konkrétní techniku z daného výběru. (Olecká, Ivanová, 2010, s. 13-15)

Výzkumný soubor pro tuto práci byl sestaven kombinací náhodného a záměrného výběru. Jednotícím prvkem je velikost obce – do 1000 obyvatel, kde byly osloveny jak samosprávy obcí, tak samotní senioři. Kritériem pro volbu oblasti, kde se dané obce nacházejí, byla zvolena podmínka příslušnosti obce do správního obvodu obce s rozšířenou působností Šumperk (ORP Šumperk). Hlavním důvodem uvedené volby bylo, že sama žijí v obci a pracují v samosprávě obce v tomto obvodu. Kritérium velikost obce do 1000 obyvatel splnilo k 1. 1. 2019 z celkového počtu 36 samosprávných obcí ORP Šumperk celkem 17 obcí. (Olomoucký kraj – obce ve...) Tyto obce byly dále rozděleny dle počtu obyvatel do tří kategorií:

1. kategorie – obce 0-200 obyvatel, podmínku splňuje 5 obcí s celkovým počtem obyvatel 519, z toho ve věku 65+ 88 obyvatel
2. kategorie – obce 201-500 obyvatel, podmínku splňuje 6 obcí s celkovým počtem obyvatel 1 842, z toho ve věku 65+ 368 obyvatel
3. kategorie – obce 501-1000 obyvatel, podmínku splňuje 6 obcí s celkovým počtem obyvatel 4 038 obyvatel, z toho ve věku 65+ 794 obyvatel.

Náhodným výběrem byly určeny z každé kategorie 3 obce, celkem tedy 9 obcí.

Z citované tabulky Malého lexikonu obcí 2019 (Olomoucký kraj – obce ve...) se tedy dozvídáme, že ve vybraných 17 obcích žije celkem 6 399 obyvatel, z toho ve věku 65 a více let 1 250 obyvatel. To představuje složení 19,53 % osob starších 65 let a tento trend bude stoupat. Z tohoto celkového počtu seniorů starších 65 let bylo záměrným výběrem osloveno 85 seniorů z celkového plánovaného počtu 150. Plánováno bylo oslovit v obci kategorie 1. 10 seniorů, v kategorii 2. 15-20 seniorů, v kategorii 3. 20-25 seniorů. Podrobněji důvody, proč nedošlo k oslovení plného plánovaného počtu seniorů, uvádím v části 2.3.3 Popis sběru dat.

2.3.2 Technika sběru dat

Pro tento výzkum jsem zvolila jako techniku sběru dat dotazník. Jak uvádí Disman (2014, s. 140-144), pro zpracování výzkumu se nabízí celá řada technik. Mezi nejzákladnější pak řadíme rozhovor a dotazník. Vzhledem k cíli práce – postihnout větší počet jedinců, je vhodnější právě dotazník. Nejenže umožňuje pokrýt větší výzkumný vzorek, ale také získat informace i v poměrně krátkém čase a s malým nákladem. Stejně tak nebývá náročný na spolupracovníky v terénu, případně je jednoduché jejich zaškolení. Jedinou nevýhodou bývá nízká návratnost, a to především při distribuci prostřednictvím pošty, která pak může dramaticky zredukovat velikost vzorku a tím i zjištěné výsledky. Je proto zapotřebí využít i jiné techniky distribuce a nástroje podporující zvýšení návratnosti.

Velkou výhodou vedle možnosti oslovit velký počet respondentů, je u dotazníku také poskytnutí většího času na rozmyšlení při vyplňování a vysoká záruka anonymity. Naopak jednou z problémových oblastí při využití dotazníku je také možnost přeskočit otázky, zodpovězení jiným člověkem nebo „porada“ v týmu. Je proto zapotřebí uplatnit základní pravidla tvorby dotazníku, jako je vhodná grafická úprava, velikost formátu,

doba potřebná k vyplnění, kvalita papíru, ale i dostatek místa pro odpověď, úvod dotazníku, které zvyšují zájem dotazovaného ke spolupráci při jeho vyplnění. Jeho návratnost pak můžeme podpořit osobním roznosem i sběrem, rozdat dotazník v prostorově koncentrované společnosti, přiložením ofrankované obálky, zasláním upomínky a také nabídnutím odměny za vyplnění. (Olecká, Ivanová, 2010, s. 23-24)

Hlavním prvkem dotazování je kladení otázek, v tomto případě v písemné formě. Podstatné je otázku plně formulovat v souladu se zaměřením daného výzkumu. Neklademe otázky zjištělné z jiných zdrojů a je potřeba nejprve ověřit, zda vybraní respondenti potřebnými informacemi disponují. Základem každé otázky je pak její srozumitelnost všem – není vhodné používat cizí slova, odborné termíny, profesní slangy. Otázka by neměla být příliš dlouhá, obsahovat pojmy rozcházející se ve slovníkovém a osobním pojetí (pojmy jako láska, spravedlnost), vyvarovat se „úřednímu“ a podobným slohům. Pokládáme jasné otázky – ptáme se na konkrétní věc, vyhýbáme se sugestivním stylizacím a volíme psychologicky přijatelné formulace. Samostatně pak přistupujeme k volbě otázky typu „proč?“ neboť ta může přinášet nepřesné i zavádějící informace. (Reichel, 2009, s. 99-102)

Dalším kritériem pro výběr otázky je její typ. V základním třídění dělíme otázky například dle míry volnosti na uzavřené – nabízejí konkrétní výčet možných odpovědí, polouzavřené – vedle nabízeného výčtu je možnost pro respondenta uvést vlastní i doplňující odpověď a otevřené – nenabízí žádnou variantu a respondent formuluje vlastní odpověď. Otázky lze hodnotit též jako samostatné nebo škálovací (soubor otázek ptajících se v podstatě na totéž), parametrické (rozptyl mezi póly), neparametrické (nabídka jistých kategorií), formulované přímo nebo nepřímo, pomocné (získání informací například o identitě respondenta), nárazníkové (připoutávají pozornost) a kontrolní otázky. (Pelikán, 2007, s. 107–111)

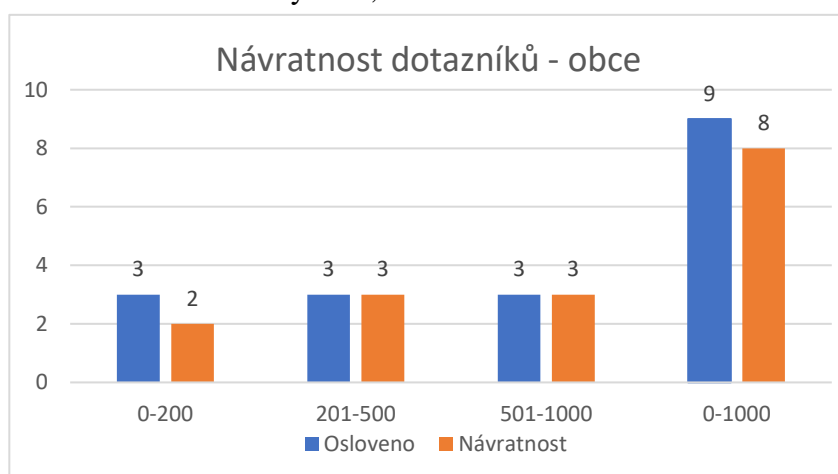
Dělení typu otázek může být také spojeno s jejich rozsahem. Rozlišujeme, zda otázky mají dvě a více variant. Dichotomické mají jen dvě možnosti výběru odpovědi, zatímco polytomické více. Polytomické otázky tvoříme buď výběrové, nebo výčtové. Výběrová znamená výběr jen jedné odpovědi, zatímco výčtová umožňuje zvolit více variant. Při takto kladené otázce musí být vždy respondent dobře instruován, aby věděl, jak může otázku zodpovědět. (Reichel, 2009, s. 103)

Předložený dotazník seniorům obsahuje pomocné otázky, a to pouze k identifikaci pohlaví a věku respondenta. Dále navazují uzavřené a v převážné míře polouzavřené otázky parametrické i neparametrické. Pro některé oblasti pak byly použity také otázky polytomické výčtové. Stejný typ otázek je využit v dotazníku pro samosprávy obcí. Dotazník pro seniory obsahuje celkem 16 otázek, dotazník pro samosprávu obcí 19 otázek, oba dotazníky jsou v plném znění uvedeny v příloze.

Pilotní studie byla provedena technikou polostrukturovaného rozhovoru v rámci mé absolventské práce – příprava výzkumu Volnočasové aktivity na malých obcích do 1000 obyvatel. (Štelcová, 2019, s. 39-41) Jak zde popisují, senioři velmi ochotně hovořili o tom, jak tráví svůj volný čas, měli zájem se zapojit. Některé otázky byly upraveny a rozšířeny o další nabídky. Pro maximální možnost zjistit všechny varianty jsou vybrané otázky vždy doplněny nabídkou „jiné, prosím uveďte“.

2.3.3 Popis sběru dat

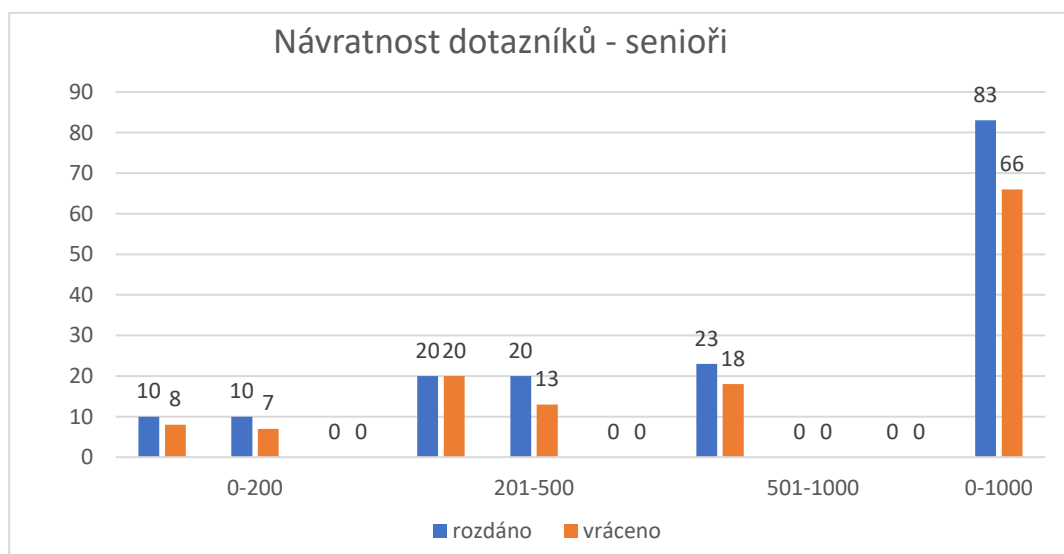
Distribuce dotazníku pro samosprávy obcí proběhla při osobním kontaktu a prostřednictvím e-mailové pošty. Osloveny byly všechny vybrané obce v každé kategorii. Návratnost dotazníků byla 88,89 %.



Graf č. 1 Návratnost dotazníků – obce

Tuto vysokou návratnost jednoznačně podpořil osobní kontakt a v případě e-mailové komunikace pak předchozí telefonní kontakt. Samosprávy obcí problematika volnočasových aktivit pro seniory zajímala a projevíly velký zájem o výsledky výzkumu. Zatímco do dotazníkového šetření mezi seniory velmi nepříjemně a významně zasáhla epidemie nemoci Covid-19, samosprávy obcí i přes tuto náročnou situaci komunikovaly vstřícně a rychle. V rámci výzkumu se mi podařilo osobně navštívit pět obcí, s dalšími vzhledem k nastalé situaci mohla komunikace probíhat již pouze elektronicky.

Dotazník pro seniory byl distribuován výhradně osobním kontaktem za spolupráce s osobou v obci seniorům dobře známou. Senioři byli kontaktováni na základě seznamu dle data narození. Datum narození není řazeno mezi citlivé údaje vyžadující zvláštní ochranu dle Obecného nařízení o ochraně osobních údajů tzv. GDPR (General Data Protection Regulation), je řazeno mezi obecné osobní údaje. Přesto byl seznam osob 65 a více let vyhodnocen jako velmi diskrétní a vrácen poskytovateli, převážně samosprávě obce. Všichni senioři byli informováni o plné anonymitě a možnosti vyplnění dotazníku odmítnout. Většinou proběhla spolupráce na velmi vstřícné a přátelské úrovni. Senioři se zapojovali se zaujetím a ochotou. Rovněž projevovali zájem o výsledky výzkumu. Bohužel se podařilo získat ke spolupráci pouze jednoho seniora staršího 85 let. Jak uvádím dále, nebyly však osloveny všechny obce. V obcích 3. kategorie byly dohodnuty schůzky v rámci místních setkávání seniorů a fungujících místních spolků. Schůzka se uskutečnila pouze jedna, další byly zrušeny z důvodu nouzového stavu vyhlášeného vládou ČR kvůli pandemii nemoci Covid-19. Vzniklá nečekaná událost znemožnila osobní kontakt celkem ve zbývajících čtyřech obcích. Přestože je v tyto dny omezení pohybu a shromažďování osob postupně uvolňováno, nebylo možné zbývajících obce navštívit. Samosprávy obcí v rámci dalších konzultací, převážně z důvodu opatrnosti vůči nejohroženější skupině, kterou se v nastalé epidemii senioři stali, požádaly o odložení výzkumu na neurčito a seznamy osob pro dotazníkové šetření nebyly poskytnuty. Následující zpracování dat tedy vychází z popsané situace. Bylo rozdáno celkem 83 dotazníků v pěti obcích, navraceno celkem 66, což je návratnost 79,52 %.



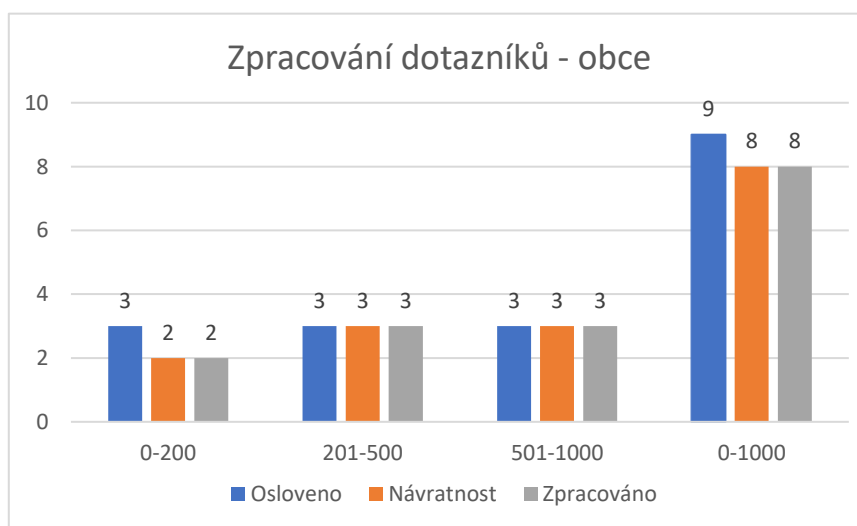
Graf č. 2 Návratnost dotazníků – senioři.

2.3.4 Zpracování dat

Základem pro další zpracování dat z dotazníkového šetření je jejich čištění. Vyřazujeme nejasně označené, nevyplněné a jinak nesprávně označené odpovědi. U kvantitativního výzkumu je pak velmi vhodné provést třídění dat například do tabulek, což umožňuje potřebné výpočty. Využíváme třídění prvního řádu – jedna proměnná a třídění druhého řádu – dvě a více proměnných. Nejprve provedeme převod dat do numerických symbolů „1“, „2“ atd., pro nevyplněná data je vhodné volit kódování „0“ nebo „9“. Následně využijeme skripty a počítačové programy pro statistické zpracování. (Vojtíšek, 2012, s. 42-43)

Zpracovávané dotazníky jsem rozdělila podle kategorie obcí a přistoupila ke kódování otázek pomocí označení „1“, „2“ a dále dle rozsahu otázky. Pro nezodpovězené otázky jsem zvolila kódování „9“. Numerické hodnoty pak byly vloženy do tabulek v programu Excel a provedeny následné statistické výpočty.

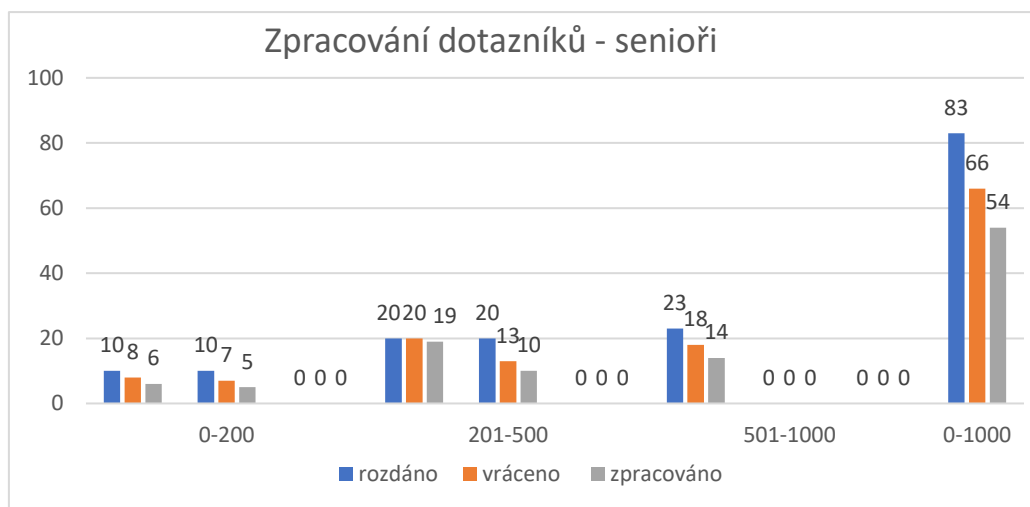
Z celkového počtu oslovených obcí jedna obec v kategorii 1. dotazník zpět nezaslala. Žádný z dotazníků nebyl na základě čištění dat vyřazen a všechny byly zpracovány. Bylo tedy zpracováno 88,89 % z navrácených dotazníků.



Graf č. 3 Zpracování dotazníků – obce.

Z celkového počtu navrácených 66 dotazníků od respondentů bylo vyřazeno 12 dotazníků. Jednalo se například o situaci, kdy dotazovaný respondent po odpovědi „nikdy se nezúčastňuji“ aktivit, nepřešel po zvolené variantě na pokračující otázku č. 14) a zodpovídal všechny další otázky. Například i otázku č. 13) „Jste dotazován/a, jak jste byl/a s akcí spokojen/a?“ a respondentova odpověď byla „ano vždy“. Nelze posoudit, zda jeho odpověď byla spojena s dřívějšími aktivitami či aktivitami v jiných oblastech na

které dotazník necílil. Vyřazeny byly také dotazníky, kde například respondent odpověděl pouze dvě otázky z celého dotazníku. Zpracováno bylo 65,06 % z navrácených dotazníků.



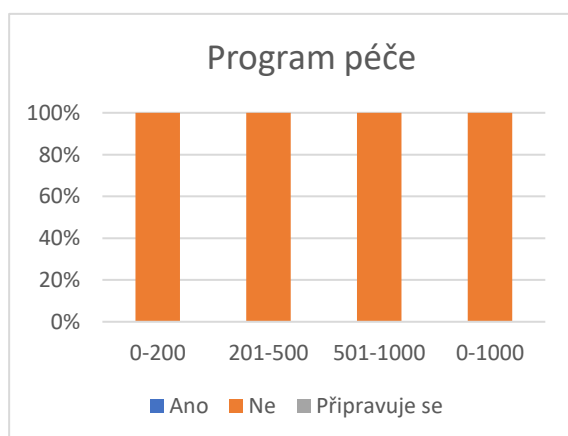
Graf č. 4 Zpracování dotazníků-senioři.

2.4 Výsledky

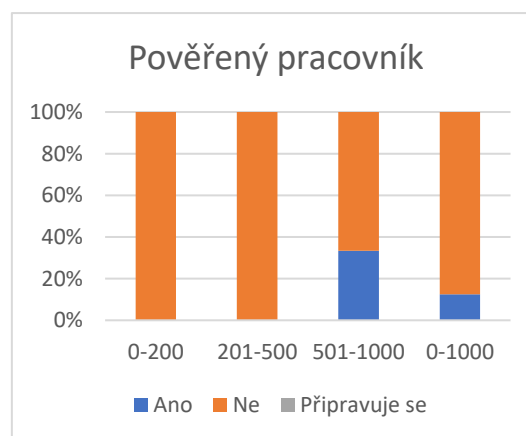
Část výsledky je rozdělena na zhodnocení dotazníků zaměřených na samosprávu obcí a na část zaměřenou na samotné seniory.

2.4.1 Samosprávy obcí

Hypotéza č. O1): Předpokládáme, že 0 % obcí ve všech kategoriích uvede zpracování programu péče, případně jiného dokumentu zaměřeného na podporu seniorů, nebo pověřeného pracovníka (skupinu) zabývající se problematikou seniorů.



Graf č. 5 Program péče

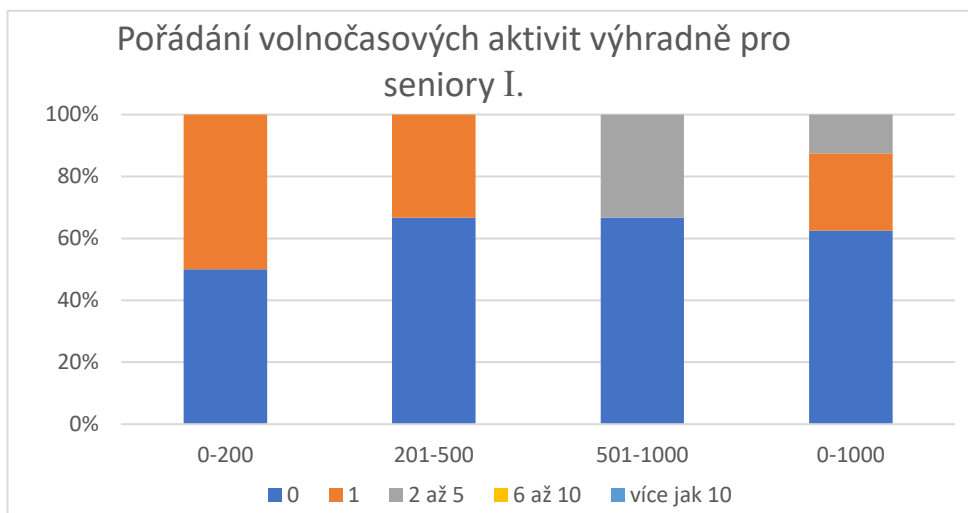


Graf č. 6 Pověřený pracovník.

Program, případně jiný dokument zaměřující se na problematiku seniorů v obci, nemá zpracovaný ani jedna obec. V 3. kategorii obcí uvádí jedna obec pověřeného pracovníka,

což činí v dané kategorii 33,33 %, v celkovém počtu oslovených obcí je to 12,5 %. Hypotéza nebyla potvrzena.

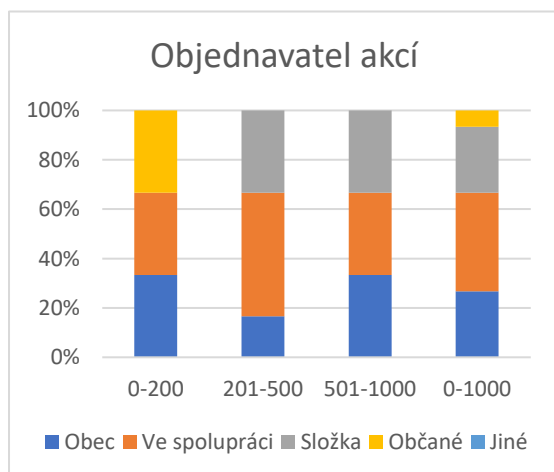
Hypotéza č. O2): Předpokládáme, že 50 % obcí ve všech kategoriích uvede pořádání alespoň jedné volnočasové aktivity ročně zaměřené výhradně pro seniory.



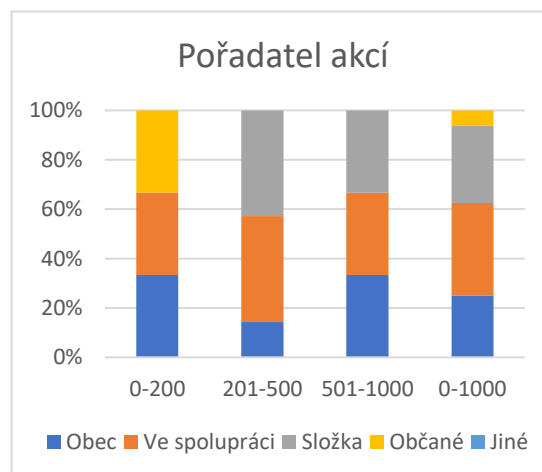
Graf č. 7 Pořádání volnočasových aktivit výhradně pro seniory I.

Pouze 1. kategorie obcí potvrdila pořádání jedné aktivity na úrovni 50 %, ostatní kategorie mají procentní zastoupení pod 50 %. V celkovém součtu 62,5 % obcí nepořádá aktivity pro seniory, 25 % pořádá jednu aktivitu a 12,5 % pořádá 2-5 aktivit ročně. Hypotéza nebyla potvrzena.

Hypotéza č. O3): Předpokládáme, že 20 % obcí ve všech kategoriích uvede, že objednávání a organizaci volnočasových aktivit zajišťuje výhradně samospráva obce.



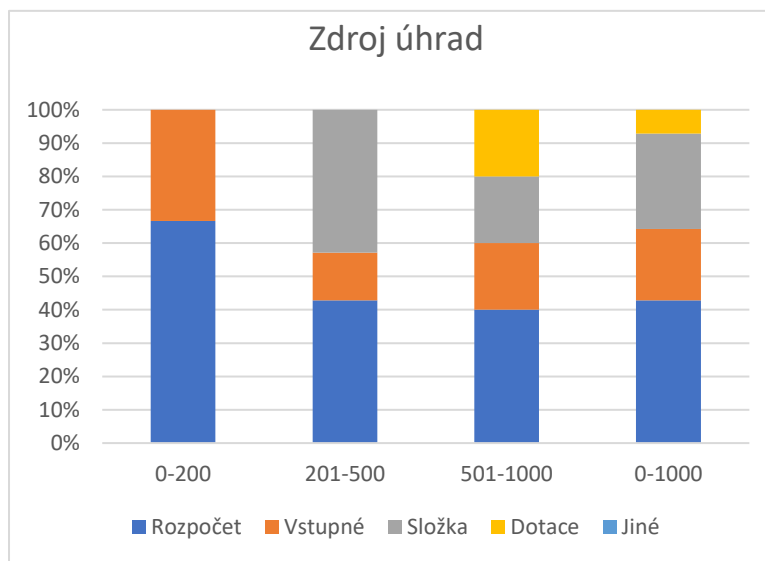
Graf č. 8 Objednavatel akcí



Graf č. 9 Pořadatel akcí.

V obcích kategorie 2 se samospráva jako objednavatel i pořadatel pohybuje pod hranicí 20 %. V celkovém součtu jsou objednavatelem výhradně samosprávy obce v 26,67 % a pořadatelem v 25 %. Hypotéza nebyla potvrzena.

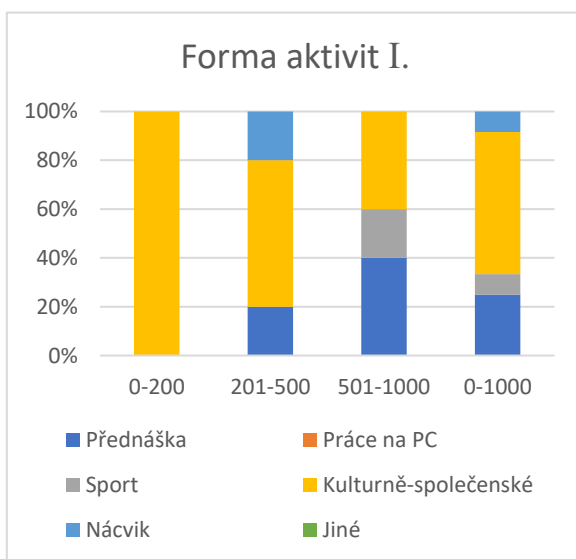
Hypotéza č. O4) Předpokládáme, že 20 % obcí ve všech kategoriích uvede jako zdroj financování výhradně rozpočet obce.



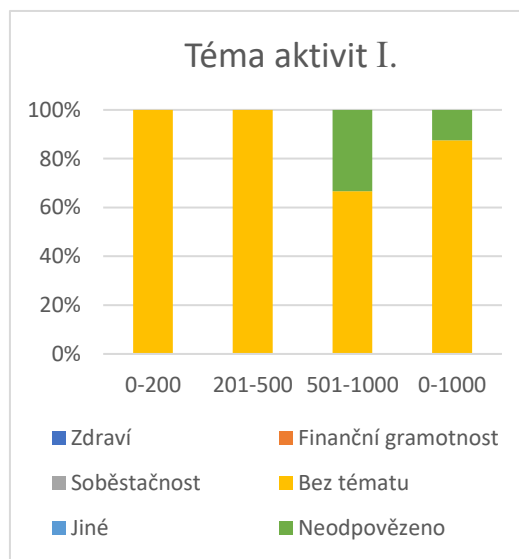
Graf č. 10 Zdroj úhrad

Zdrojem krytí aktivit je ze 40 % a výše rozpočet obce. Hypotéza nebyla potvrzena.

Hypotéza č. O5): Předpokládáme, že obce všech kategorií uvedou do 10 % pořádání volnočasových aktivit se zaměřením na podporu soběstačnosti seniorů.



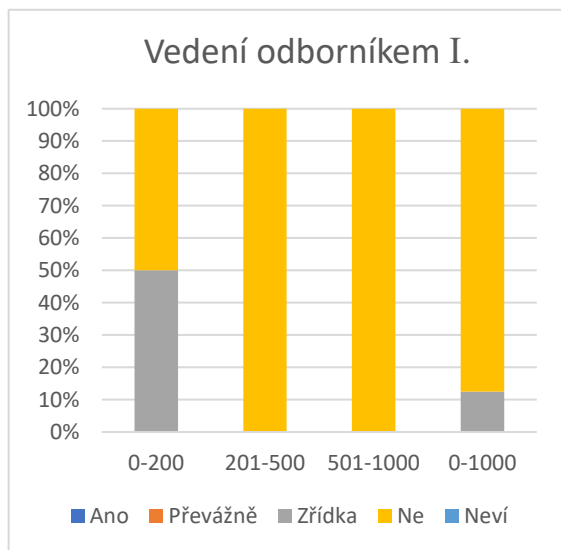
Graf č. 11 Forma aktivit I.



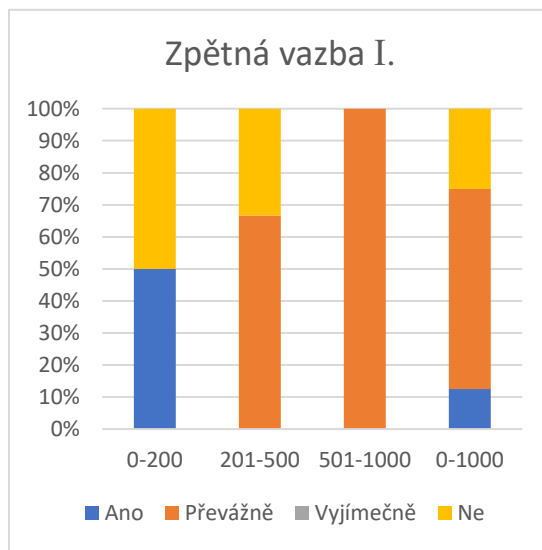
Graf č. 12 Téma aktivit I.

Ze zjištěných dat vyplývá, že obce kategorie 2 a 3 mají pestřejší nabídku formy volnočasových aktivit – sport až 20 %, návčik dovedností až 20 %, přednáška 20 až 40 %. Zaměření těchto aktivit je uváděno v rámci zodpovězených dotazníků výhradně „bez určení konkrétního tématu“. Hypotéza nebyla potvrzena.

Hypotéza č. O6): Předpokládáme, že obce ve všech kategoriích uvedou, že volnočasové aktivity v 90 % nejsou vedeny odborníkem a není zjišťována zpětná vazba.



Graf č. 13 Vedení odborníkem I.



Graf č. 14 Zpětná vazba I.

Na otázku, zda je aktivita vedena odborníkem neodpověděla „ano“ ani jedna obec, některé obce v kategorii 1 uvádí variantu „zřídka“, která dosahuje 50 %. Na otázku ohledně zpětné vazby byla nejvíce volena odpověď „převážně“. Obě kategorie tak nesplňují hranici 90 %. Hypotéza nebyla potvrzena.

Hypotéza č. O7): Předpokládáme, že obce ve všech kategoriích uvedou v 80 % jako překážku při organizování aktivit nedostatek finančních prostředků na úhradu aktivit.

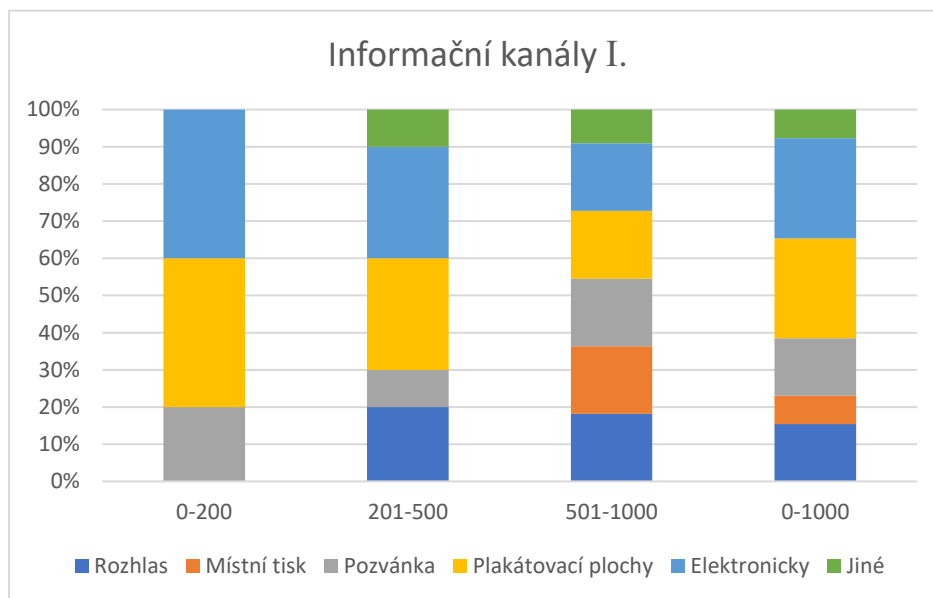


Graf č. 15 Překážky při organizaci aktivit

Všechny obce uvádí, že volnočasové aktivity pro seniory pořádají. Otázka č. 7) je tedy nulová a byla vyhodnocena pouze otázka č. 17). Nedostatek finančních prostředků uvádějí jen obce kategorie 2 a 3 v nižším procentním zastoupení, než předpokládala

hypotéza. Za hlavní překážku je v celkovém součtu považován nedostatek organizátorů. Hypotéza nebyla potvrzena.

Hypotéza č. O8): Předpokládáme, že obce ve všech kategoriích uvedou, že využívají minimálně tři informační kanály pro zajištění oznámení o konání volnočasových aktivit.

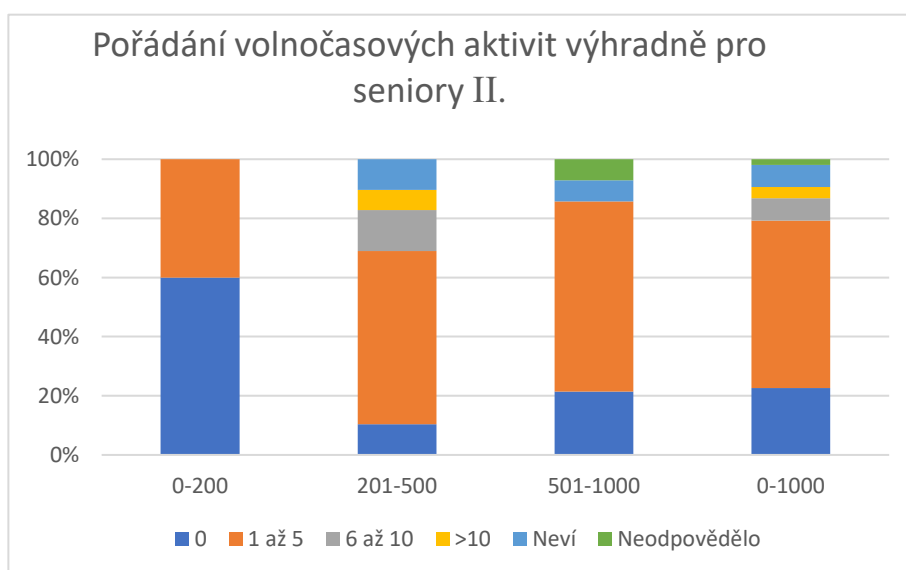


Graf č. 16 Informační kanály I.

Ze získaných odpovědí vyplývá, že obce ve všech kategoriích používají minimálně tři informační kanály. Hypotéza byla potvrzena.

2.4.2 Senioři

Hypotéza č. S1): Předpokládáme, že 50 % seniorů uvede, že obce všech kategorií pořádají aktivity zaměřené výhradně pro seniory.

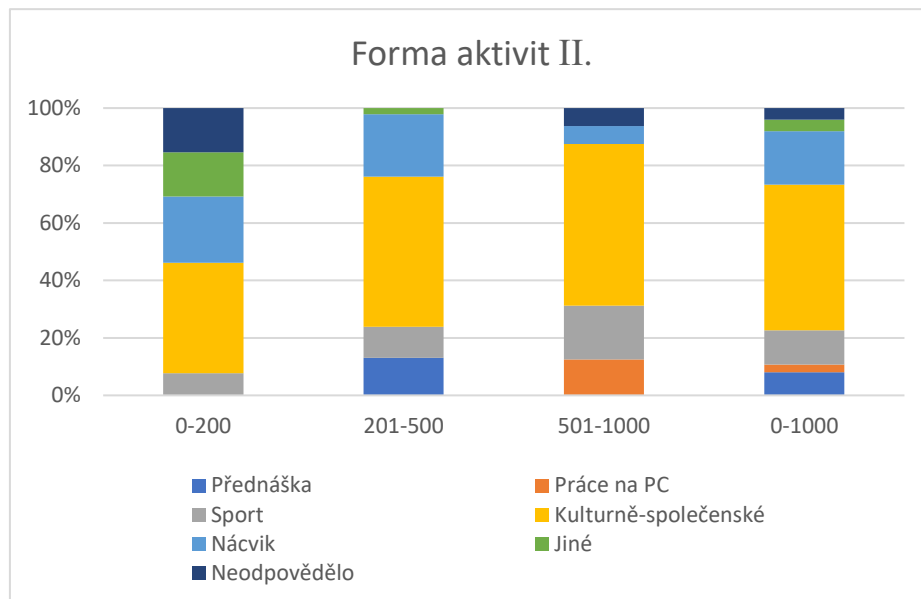


Graf č. 17 Pořádání volnočasových aktivit výhradně pro seniory II.

Pořádání volnočasových aktivit výhradně pro seniory uvedlo 67 % respondentů.

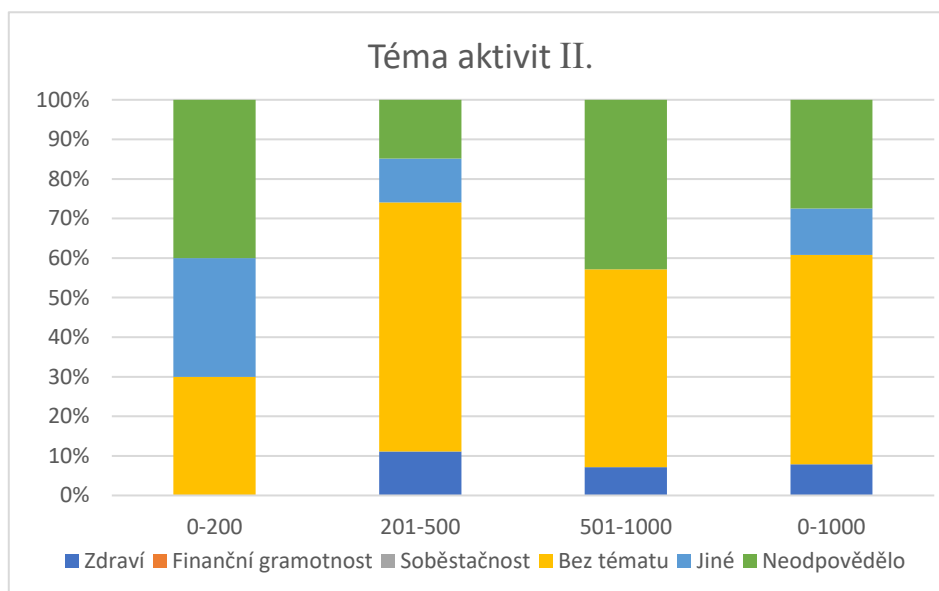
Hypotéza byla potvrzena.

Hypotéza č. S2): Předpokládáme, že 10 % seniorů uvede, že volnočasové aktivity pořádané výhradně pro seniory jsou zaměřeny na podporu soběstačnosti.



Graf č. 18 Forma aktivit II.

V kategorii jiné byly uvedeny formy jako hry pro děti, závody motocyklů. V rámci výzkumu na ně nebude pohlíženo jako na varianty spojené s přímou podporou soběstačnosti.

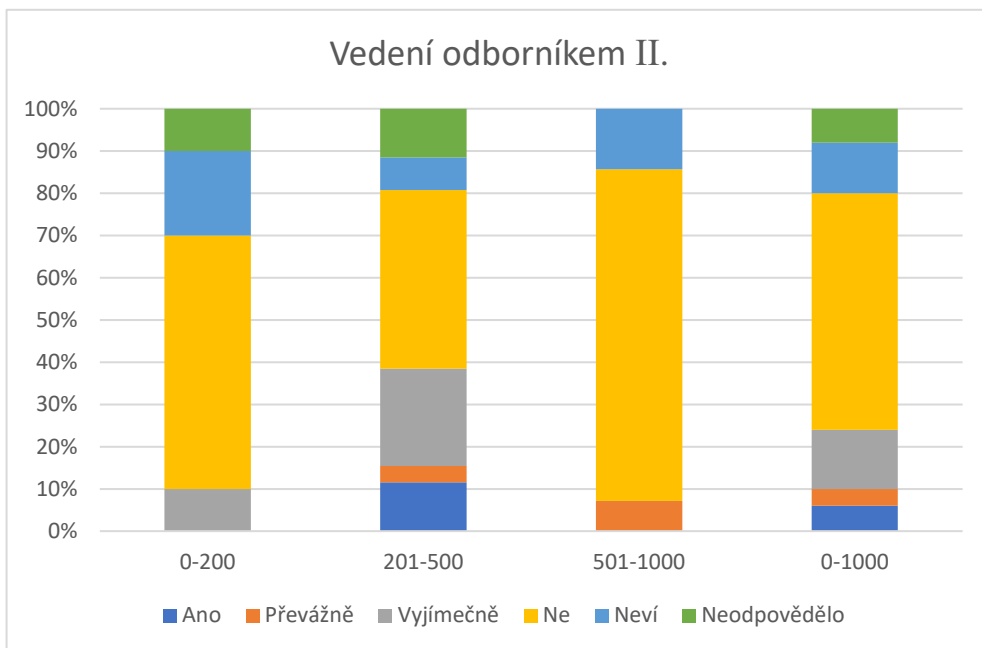


Graf č. 19 Téma aktivit II.

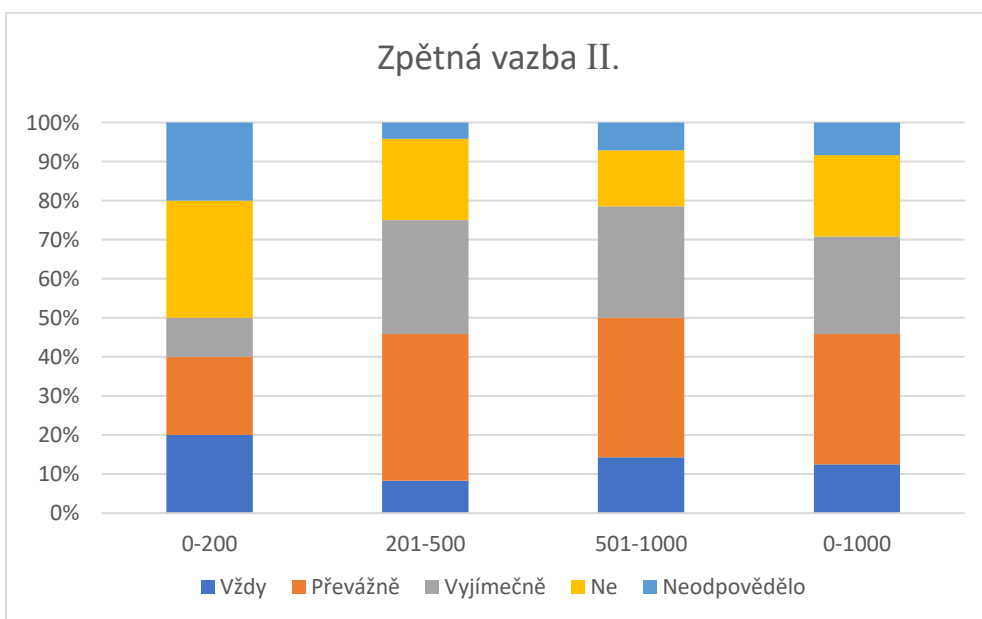
V kategorii jiné byly uvedeny témata jako: setkání, diskuse, různé, oslavy osvobození. V těchto případech jde především o předcházení sociální izolaci a osamění, které v rámci výzkumu nezahrnujeme do sledovaných aktivit přímo podporujících soběstačnost.

Více jak 18 % respondentů vybralo v nabídce forma aktivit „návčik dovedností“ a 12 % respondentů „sport“. V otázce téma aktivit byla vybrána jediná varianta spojená s přímou podporou soběstačnosti – celková hodnota pod 10 %. Ostatní varianty nebyly vybrány vůbec, nebo s podporou soběstačnosti nesouvisí. Jedna ze dvou otázek splňuje stanovenou hranici. Hypotéza byla potvrzena.

Hypotéza č. S3): Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede, že volnočasové aktivity nejsou vedeny odborníkem a není zjišťována zpětná vazba.



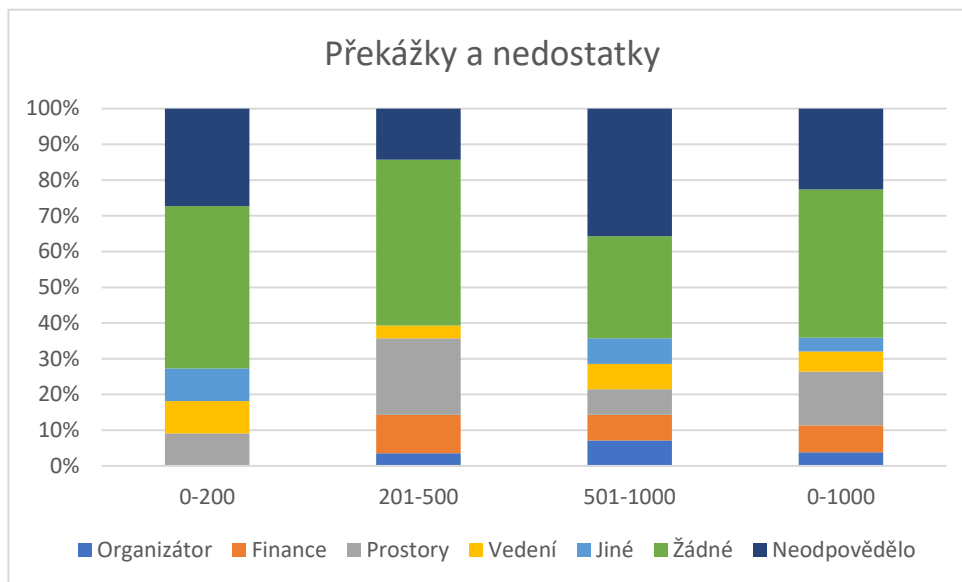
Graf č. 20 Vedení odborníkem II.



Graf č. 21 Zpětná vazba II.

Některou z forem vedení aktivit odborníkem označilo 24 % respondentů a 70 % některou z forem provádění zpětné vazby. Hypotéza nebyla potvrzena.

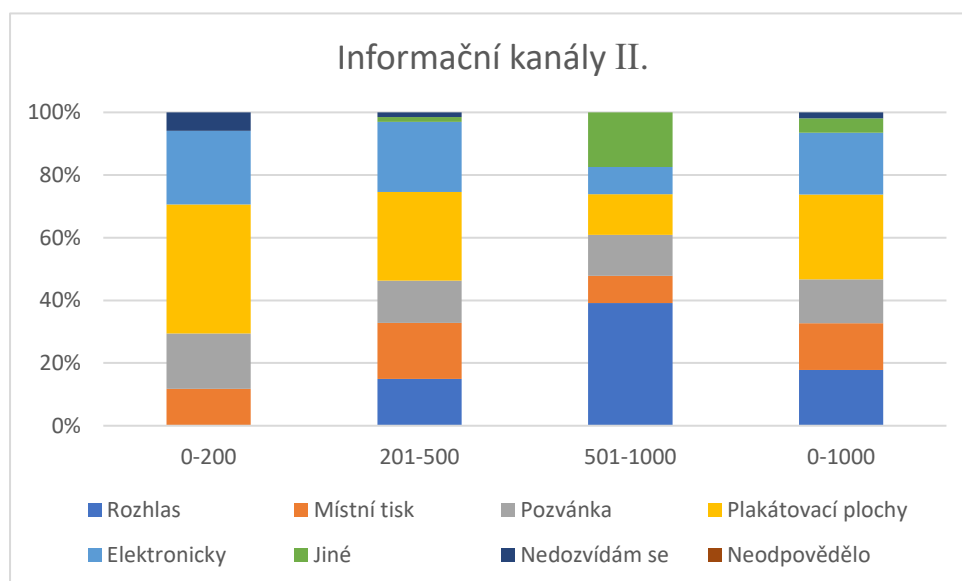
Hypotéza č. S4): Předpokládáme, že 80 % seniorů uvede jako hlavní nedostatek při účasti na aktivitách potřebu finančního kapitálu.



Graf č. 22 Překážky a nedostatky

Největší počet respondentů v otázce vnímání nedostatků zvolilo odpověď „žádné nedostatky“ – 41 %. Překážku v podobě „finanční prostředky“ označilo 7,55 % respondentů. Hypotéza nebyla potvrzena.

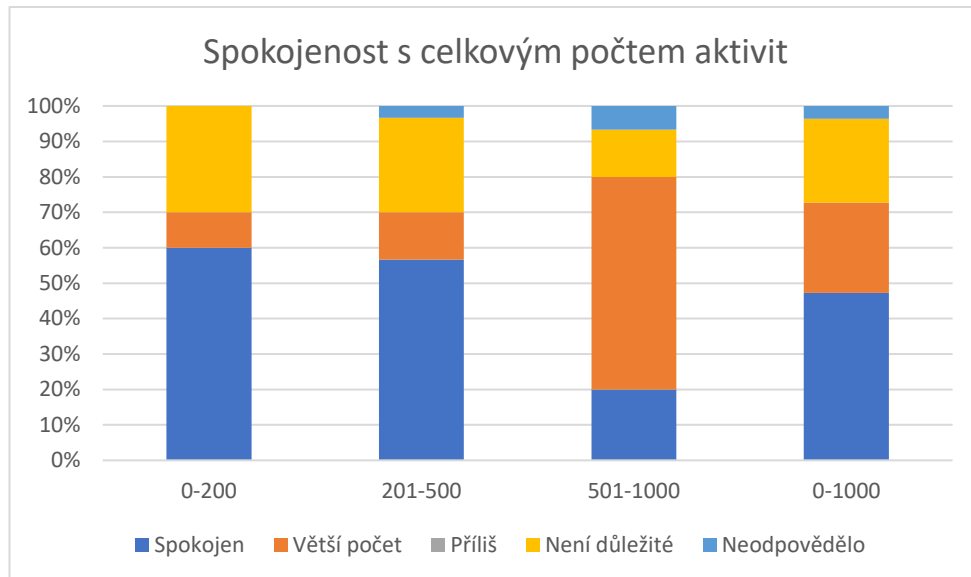
Hypotéza č. S5): Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede, že obce všech kategorií využívají minimálně tři informační kanály pro zajištění oznámení o konání volnočasových aktivit.



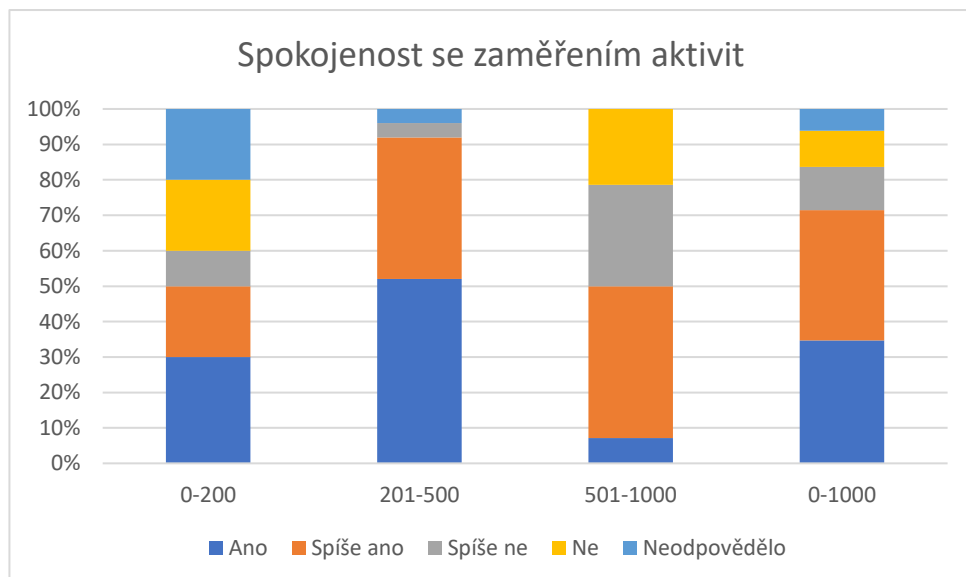
Graf č. 23 Informační kanály II.

Respondenti v rozpětí 95 až 100 % ze všech kategorií obcí uvádějí minimálně tři informační kanály, v celkovém součtu pouze 1,87 % respondentů odpovědělo „nedozvídám se“. Hypotéza byla potvrzena.

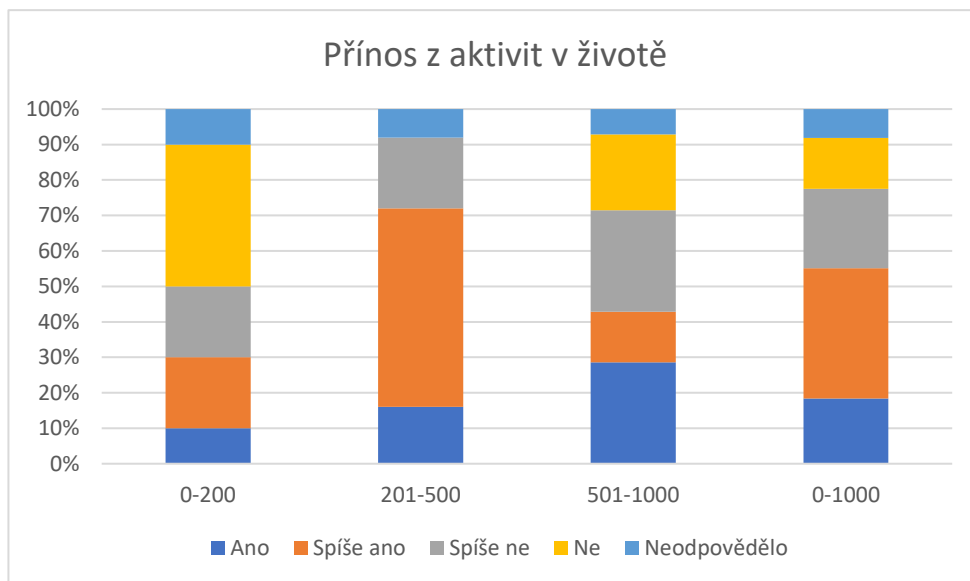
Hypotéza č. S6): Předpokládáme, že 70 % seniorů uvede spokojenost s pořádanými aktivitami.



Graf č. 24 Spokojenost s celkovým počtem aktivit.



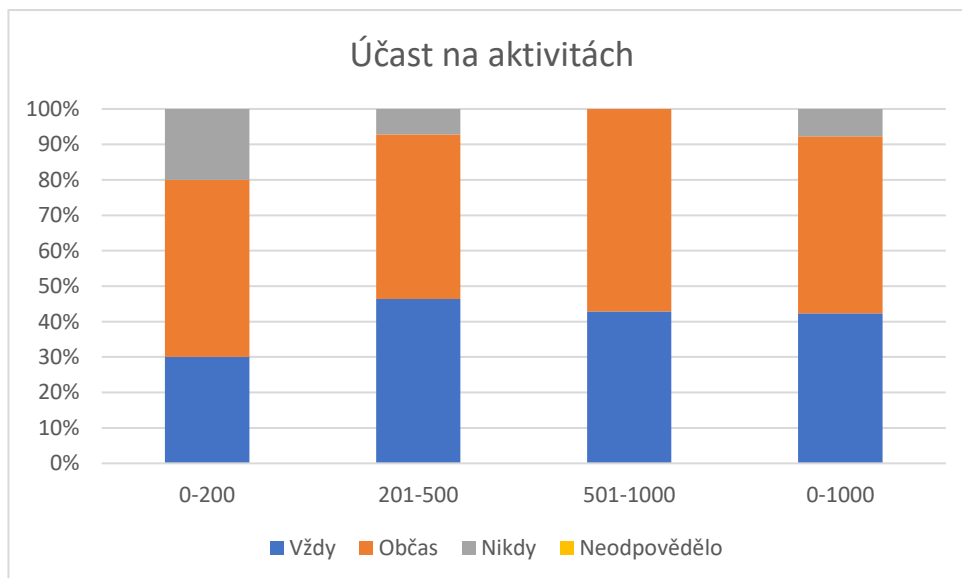
Graf č. 25 Spokojenost se zaměřením aktivit



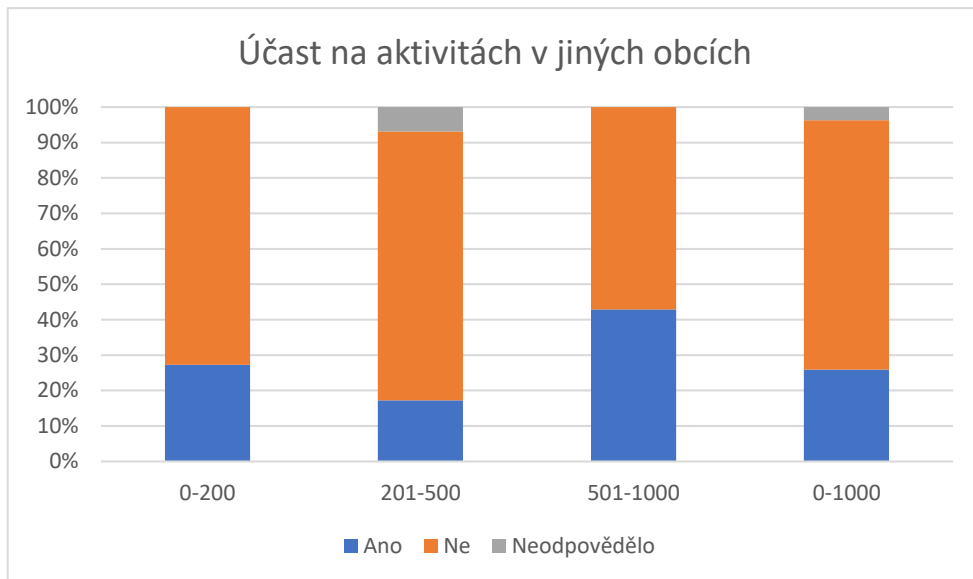
Graf č. 26 Přínos z aktivit v životě.

Spokojenost s celkovým počtem i se zaměřením aktivit hodnotí kladně více jak 70 % respondentů, přínos z aktivit potvrzuje kladně 55,1 % respondentů. Podmínkou pro potvrzení hypotézy bylo stanovení kladného hodnocení minimálně 70 % u dvou ze tří otázek. Hypotéza byla potvrzena.

Hypotéza č. S7): Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede zájem se volnočasových aktivit účastnit.

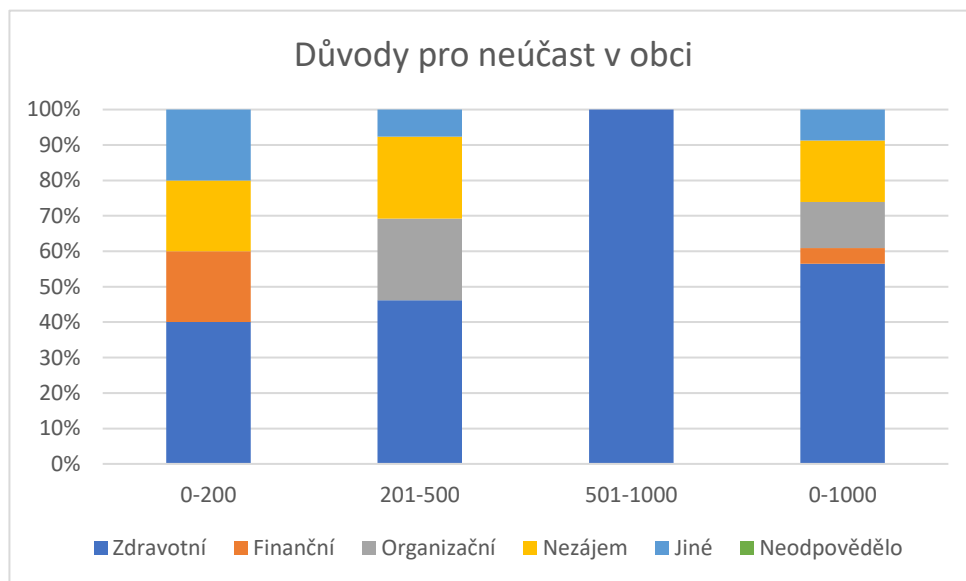


Graf č. 27 Účast na aktivitách.



Graf č. 28 Účast na aktivitách v jiných obcích.

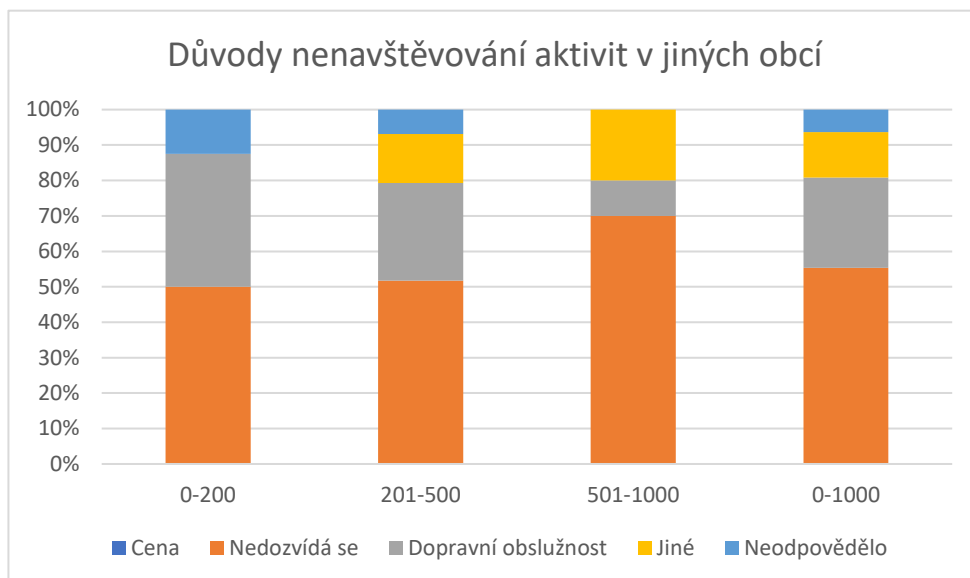
Vysoký zájem seniorů se aktivit účastnit byl potvrzen pouze v obci, ve které žijí. Zájem navštěvovat aktivity v jiných obcích klesá pod 30 %. Hypotéza nebyla potvrzena. Hypotéza č. S8) Předpokládáme, že 90 % seniorů uvede, že důvodem pro neúčast na aktivitách je zdravotní stav.



Graf č. 29 Důvody pro neúčast v obci.

Zdravotní důvody pro neúčast v obci uvádí 56,52 % respondentů. Druhým nejvíce uváděným důvodem je u 17,39 % respondentů nezájem, 13,04 % respondentů se neúčastní z organizačních důvodů a 8,7 % respondentů uvedlo jako důvod neúčasti v kategorii jiné například „sama nechodím“. Hypotéza nebyla potvrzena.

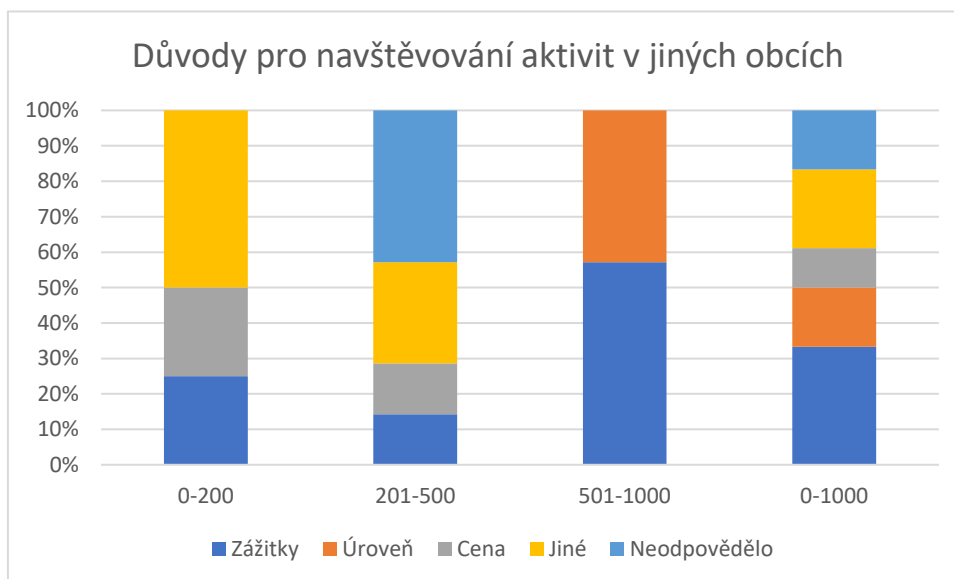
Hypotéza č. S9) Předpokládáme, že 80 % seniorů uvede, že je důvodem pro neúčast na aktivitách v jiných obcích špatná dopravní obslužnost.



Graf č. 30 Důvody nenavštěvování aktivit v jiných obcích.

Jako největší překážku v účasti na aktivitách v jiné obci uvedlo 55,32 % respondentů variantu „o pořádání akcí se nedozvídám“, špatnou dopravní obslužnost uvádí pouze 25,53 % respondentů. Hypotéza nebyla potvrzena.

Hypotéza č. S10) Předpokládáme, že 50 % seniorů uvede, že důvodem účasti na aktivitách v jiných obcích je malý počet aktivit v domovské obci.



Graf č. 31 Důvody pro navštěvování aktivit v jiných obcích.

Pouze 30 % respondentů, kteří navštěvují volnočasové aktivity v jiných obcích, uvedlo jako důvod „větší počet zážitků“. Hypotéza nebyla potvrzena.

2.5 Diskuse

V rámci dotazníkového šetření bylo sesbíráno mnoho zajímavých dat, které často nezasahují širěji do zkoumané oblasti. Některé z nich by bylo vhodné rozvinout v dalším výzkumu. Pro zjištění porozumění některým pojmům by bylo vhodnější zvolit kvalitativní výzkum formou polostrukturovaného rozhovoru. V rámci tohoto výzkumu však bylo hlavním cílem především zjistit, zda jsou volnočasové aktivity na malých obcích se zaměřením na seniory pořádány. Za tímto účelem bylo žádoucí oslovit větší počet respondentů, proto bylo využito kvantitativní šetření formou dotazníků.

Jak již bylo uvedeno v kapitole 2.3.3, do výzkumného šetření zasáhlo významně vypuknutí epidemie nemoci Covid-19 a počet respondentů se tak výrazně snížil. Ve čtyřech obcích nebylo šetření provedeno. V kategorii obcí 3 s nejvyšším počtem obyvatel, pak byla zapojena jen jedna obec. Celkově se zapojilo do výzkumu 8 samospráv obcí a 66 respondentů, z toho 38 žen (57,58 %) a 28 mužů (42,42 %).

Hypotézy zaměřené na samosprávu obcí

Hypotézy zaměřené na samosprávy obcí byly mimo jedné všechny nepotvrzeny, což ve výsledku znamená větší angažovanost obcí v rámci pořádání volnočasových aktivit pro seniory, než bylo předpokládáno. Přesto lze hodnotit zájem o tuto problematiku ze strany samospráv obcí jako velmi okrajovou.

Na základě vyhodnocených hypotéz bylo potvrzeno, že **ani jedna obec nemá program** nebo dokument zaměřený na podporu kvality života seniorů v obci. Pouze **jedna obec uvedla „pověřeného pracovníka“** pro řešení sociální problematiky seniorů v obci.

V otázce č. 3) bylo potvrzeno, že všechny obce dostatečně rozumí pojmu volnočasové aktivity seniorů a nespojují je pouze s jejich vlastním trávením volného času anebo vlastními pracovními aktivitami. **Volnočasové aktivity se zaměřením na seniory nepořádá 62,5 % obcí, 25 % obcí pořádá jednu aktivitu ročně, 12,5 % 2-5 aktivit.** Obce samotné pak nejsou hlavními pořadateli volnočasových aktivit, ale ve **spolupráci s místní složkou či občany zajišťují více jak 60 % všech volnočasových aktivit.** Jako hlavní zdroj úhrady aktivit byl uveden **rozpočet obce**, a to v částce 5.000, - Kč na jednu akci. Pouze **jedna obec uvádí zdroj krytí dotace.**

Aktivity **nemají konkrétní téma a 63,64 % tvoří aktivity kulturně-společenské.** Jedním z kritérií smysluplnosti volnočasových aktivit je také právě „jasný cíl“, což

u aktivit bez určení konkrétního tématu nelze definovat. Kulturně-společenské aktivity bývají převážně přínosem pro předcházení sociální izolace a osamění seniorů, udržení a posílení jejich soběstačnosti však často není jejich přímou náplní.

Má-li být volnočasová aktivita přínosem, musí splňovat určitá kritéria, které popisuje kapitola 1.3. Jedním z kritérií je také kvalita aktivit. Jako ukazatel kvality byly vytýčeny dvě oblasti: je-li aktivita vedena odborníkem a je-li prováděna zpětná vazba. ***Téměř 90 % aktivit nevede žádný odborník. Provádění zpětné vazby uvádí 62,5 % obcí, výhradně však ústní formou.***

Jako největší překážky pro pořádání aktivit uvádí ***83,33 % obcí nedostatek organizátorů, 66,67 % nevhodné prostory a 50 % finanční prostředky.*** Velmi aktivní jsou obce při snaze informovat seniory o konání volnočasových aktivit, kdy bylo uvedeno využívání ***šesti typů informačních kanálů včetně elektronické komunikace.***

V závislosti na velikosti obce pak především stoupá celkový počet aktivit, stejně tak počet aktivit zaměřených na seniory i cena úhrady za jednu aktivitu.

Jak ukazují sesbíraná data, přestože ***obce v průměru organizují jednu aktivitu zaměřenou na seniory,*** jsou hlavním organizátorem nebo mají vysokou spoluúčasť na jejich zajištění. ***Primárně však tyto aktivity splňují účel předcházení sociální izolaci a osamění.*** Hlavním zdrojem úhrady aktivit je ***rozpočet obce, minimálně dotace.*** Nejvíce obcím ***chybí organizátoři*** aktivit.

Stejná zjištění potvrzují také Bočková a kol. (2011, s. 79-81): v České republice ***většinu volnočasových aktivit pro seniory organizuje neziskový sektor a nižší územní celky státu – obecní úřady.*** Velmi nepružně je nastavena podpora ze strany státu – ***čerpání dotace je časově náročné i z formálních důvodů komplikované.*** Pořádání aktivit výrazně ovlivňuje velikost obce, je zde však větší šance na svépomocnou podporu od místních spolků a občanů. Naopak ***ve městech přes menší soudržnost občanů, je větší výběr aktivit přímo určených pro seniory, které zajišťují různé organizace a instituce.***

Také Kubalčíková (2013, s. 62–63) upozorňuje, že ***obce prvního a druhého stupně cíleně nevytvářejí nástroje pro výkon sociální práce.*** Chybí monitorování nepříznivých sociálních jevů v obci a ***představitelé místních samospráv přistupují k řešení sociálních témat a potřeb seniorů spíše intuitivně na základě vlastních zkušeností z péče o osobu blízkou.*** Ve středu zájmu stojí občanská vybavenost a ***obce nejsou připraveny převzít aktivní roli péče o seniory s omezenou soběstačností.***

Hypotézy zaměřené na seniory

Hypotézy zaměřené na seniory nebyly převážně potvrzeny, přinesly zajímavá a často pozitivní zjištění v zaměření volnočasových aktivit na malých obcích.

Škála volnočasových aktivit, jak uvádí kapitola 1.3, je nesmírně široká, proto byla v úvodu dotazníku pro seniory provedena stručná charakteristika aktivit, na které cílí tento výzkum. *Pořádání volnočasových aktivit v rozpětí 1–5 ročně zaměřených přímo na seniory uvedlo 67 % respondentů.* Hlavní formou aktivit *kulturně-společenskou uvádí 50,67 % respondentů*, zaměření na *přímou podporu soběstačnosti* uvedlo v celkovém součtu *43 % respondentů – přednáška, sport, nácvik dovedností. Více jak 53 % potvrzuje zaměření těchto aktivit bez konkrétního tématu.*

Stejně jako u samosprávy obcí byly zvoleny jako kritéria kvality dvě oblasti – vedení odborníkem a zjišťování zpětné vazby. *Pouze 6 % respondentů uvedlo, že aktivity jsou vedeny odborníkem, 4 % uvádějí převážně, 14 % výjimečně.* Zjišťování zpětné vazby pak potvrzuje *70,83 % respondentů*, a také výhradně *ústní formou.*

Při pořádání aktivit *41,5 % seniorů nevnímá žádné překážky a nedostatky.* Přes *71 % seniorů je spokojeno se zaměřením aktivit. Aktivit se účastní 42 % seniorů „vždy“ a 50 % „občas“*, pouze necelých 8 % „nikdy“.

Účast na aktivitách je ovlivněna řadou činitelů, zdravotní stav, dostupnost a jak uvádí kapitola 1.3, výrazně také klesá, pokud stoupá potřeba nějaké formy kapitálu. Jako hlavní důvod neúčasti v tomto výzkumu uvádí *56 % respondentů zdravotní stav*, finanční pouze 4, 35 %. Návštěvnost v jiných obcích uvádí z důvodu *zájmu o větší počet zážitků 33 % respondentů*, zároveň však uvádějí, že se o těchto aktivitách *nedozvídá 55 % respondentů.*

Z důvodu neprovedení dotazníkového šetření ve čtyřech obcích, jak již bylo uvedeno v začátku kapitoly, nebyly v rámci výzkumu zaměřeného na seniory porovnávány rozdíly mezi jednotlivými kategoriemi obcí.

Senioři mají *velký zájem se aktivit účastnit a uvádějí vysokou spokojenost* se zaměřením aktivit. Jako hlavní důvod neúčasti na aktivitách v obci byla volena varianta *zdravotní stav, v minimální míře pak finanční prostředky.* Neúčast na aktivitách v ostatních obcích seniorům především znemožňuje *špatná informovanost* a teprve jako druhá příčina byla uváděna *špatná dopravní obslužnost.* Pokud navštěvují senioři aktivity v jiných obcích, je hlavním motivem *větší počet zážitků.*

Výrazným mezníkem v proměně volnočasových aktivit označují odchod do důchodu a nepokračování v pracovní aktivitě také autoři Janiš a Skopalová (2016, s. 74-76) Za hlavní příčinu těchto změn uvádějí *zdravotní a ekonomické faktory*. Potvrzují také vliv velikosti lokálního prostředí na rozmanitost volnočasových aktivit, četnost jejich nabídky a nutnost dojíždět za zájmovými činnostmi do větších měst.

Ve společnosti přetrvává model šedesátých let, kdy *stárnutí znamenalo trávit volný čas doma*. Ohotně přijmout změnu sociálních rolí a z aktivního pracujícího člověka přejít do role „důchodce“. *Tato přidělená role však může mnoha seniorům přinášet syndrom vyhoření se všemi jeho důsledky*. Výrazně se proměnila i struktura rodiny, která ovlivnila tradiční vzájemné role. Objevují se mýty o stáří, především jako o ekonomické zátěži společnosti a *dochází často k diskriminaci na základě věku*. Přestože se stát v rámci programů přípravy na stárnutí dané problematice intenzivně věnuje, považuje například Rada seniorů stav *státní podpory organizací seniorů při podpoře společenských, kulturních, sportovních a vzdělávacích aktivit za nedostatečný*. (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 13-16)

Že přestává být péče o seniory pouhou otázkou zajištění základních potřeb, potvrzují také autoři Holmerová a kol. (2014, s. 172-173) „...roste zájem o člověka jako celek, o jeho potřeby duchovní a duševní, o jeho touhu po sebevyjádření a o uznání vlastní individuality...“. *Velmi malý počet institucí orientovaných na dobrovolnictví a volnočasové aktivity pro seniory bude potřeba zaštitit silnější institucionalizovanou podporou. Vedle finanční podpory nedosahují zatím ani přípravné programy a legislativní opatření dostačujícího rozsahu*.

Jedním z hlavních cílů výzkumu bylo zjistit, zda malé obce pořádají volnočasové aktivity zaměřené na seniory a jaký je zájem a spokojenost ze strany seniorů. Přestože výzkum proběhl za komplikovaných podmínek, domnívám se, že cíle bylo dosaženo. Pořádání volnočasových aktivit bylo na malých obcích potvrzeno a názor seniorů byl také získán. Zajímavým poznatkem je, že v rámci výzkumu ani jedna z dotazovaných stran neuvádí jako formu volnočasových aktivit dobrovolnictví.

3 Závěr

Cílem práce bylo provést výzkum na téma volnočasové aktivity na malých obcích do 1000 obyvatel na území obce s rozšířenou působností Šumperk, kde také sama žiji a pracuji v samosprávě jedné z malých obcí. Z vlastní zkušenosti vnímám práci samosprávy obce jako velmi rozsáhlou a náročnou. V mnoha oblastech malé obce nejsou schopny zajistit všechny potřebné oblasti života občanů. V poslední době často slyšíme o boji obcí za zachování poštovních služeb a místních obchodů. Některé oblasti života pak zůstávají na okraji zájmu nebo překračují limity možností samosprávy obce se jim věnovat. Jednou z nich je i příprava na stárnutí populace. Přitom právě volnočasové aktivity mnohdy nenáročné na prostory nebo materiální a finanční zajištění skýtají velký potenciál pro podporu řešení tohoto demografického vývoje.

Teoretická část práce se zaměřuje na popsání procesu stárnutí, stárnutí populace a jaké jsou potřeby seniorů, kterých se primárně stárnutí týká. Dále je popsán pojem volný čas a volnočasové aktivity pro seniory, na které je zaměřena výzkumná část práce. Následně byly popsány některé volnočasové aktivity a v čem je jejich přínos pro zlepšení života seniorů. V neposlední řadě, jaký přínos má aktivní stárnutí pro samotné seniory a také pro společnost.

Empirická část popisuje vlastní kvantitativní výzkum formou dotazníkového šetření. Dotazníkové šetření bylo zaměřeno na současný skutečný stav pořádání volnočasových aktivit na malých obcích. Jsou popsány techniky výzkumu, zpracování dat a byla provedena prezentace výsledků. V diskusi jsou tyto shrnuty a porovnány s dostupnou literaturou.

Hlavním limitem tohoto výzkumu se stala nedostupnost respondentů v důsledku vyhlášení nouzového stavu vládou ČR a zákazu shromažďování. Seznamy seniorů nebyly poskytnuty a nemohla tak být oslovena celá, pro výzkum stanovená skupina respondentů. Vzhledem k tomu, že uvedená situace stále trvá a nebylo reálné odhadnout její vývoj, byl výzkum ukončen a provedeno zpracování dat z takto omezeného vzorku. Celkem bylo osloveno všech devět samospráv náhodně vybraných obcí a z každé kategorie obcí se podařilo oslovit seniory minimálně v jedné z nich.

Dalším limitem výzkumu se jeví vybraná oblast obce s rozšířenou působností Šumperk. V České republice se nachází 206 obcí s rozšířenou působností a každá z nich má pro svou existenci a aktivitu jiné podmínky. Některé regiony mají například dostatek

pracovních příležitostí a jsou tak ekonomicky „bohatší“ než jiné. Úměrně tomu pak dochází také k uvolňování finančních prostředků na sociální služby, potažmo i na realizaci volnočasových aktivit včetně těch zaměřených na podporu soběstačnosti seniorů.

Výsledky výzkumu by se mohly například využít jako informační materiál pro jednání pracovní skupiny IV. Senioři města Šumperk v rámci komunitního plánování. Zhodnotit možnosti poskytnutí podpory obcím v organizování těchto aktivit, jak po stránce odborného vedení, tak finančních dotací, zvláště pokud senioři projevují tak velký zájem se aktivit ve svých domovských obcích účastnit.

4 Bibliografie

BOČKOVÁ, Lenka, Lenka HASTRMANOVÁ a Egle HAVRDOVÁ. 2011. *50+ Aktivně. Fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt institut. ISBN 978-80-904153-2-4.

DISMAN, Miroslav. 2014. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1966-8.

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. 2012. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-4138-3.

FOLCH, Gonçal. 2006. *Zdraví pro třetí věk*. 1 vyd. Překlad Lucie Kubešová. Čestlice: Rebo Productions CZ, spol. s r. o. ISBN 80-7234-536-2.

GRUSS, Peter. 2009. *Perspektivy stárnutí*. Překlad Lucie Simonová. Praha: Portál, s. r. o. ISBN 978-80-7367-605-6.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. 2010. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.

HILLMAN, Ken. 2018. *Kapačka, cévka, houkačka*. Překlad Lenka Kapsová. Praha: Cesta domů. ISBN 978-80-88126-44-7.

HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. 2013. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-4697-5.

HOLMEROVÁ, I., B. JURAŠKOVÁ, D. MÜLLEROVÁ, L. VIDOVIČOVÁ, L. HABRCETLOVÁ, M. MATOULEK, J. SUCHÁ a M. ŠIMŮNKOVÁ. 2014. *Průvodce vyšším věkem. Manuál pro seniory a jejich pečovatele*. Praha: Mladá fronta a.s. ISBN 978-80-204-3119-6.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. 2016. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-271-9542-8.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-2169-9.

KUBALČÍKOVÁ, Kateřina. 2013. Obce a jejich participace při poskytování péče o seniory se sníženou sebestačností. Aktivní hráč, nebo přihlížející?. *Sociální práce/Sociální práce*, č. 4, s. 54-65. ISSN 1213-6204. Dostupné z: http://www.socialniprace.cz/soubory/cas_vol13_iss4-150407093614.pdf

- MLÝNKOVÁ, Jana. 2011. *Péče o staré občany*. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-3872-7.
- OLECKÁ, Ivana a Kateřina IVANOVÁ. 2010. *Metodologie vědecko-výzkumné činnosti*. Olomouc: Moravská vysoká škola Olomouc, o. p. s. ISBN 978-80-87240-33-5.
- PELIKÁN, Jiří. 2007. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. Praha: Karolínium. ISBN 978-80-7184-569-0.
- PETROVÁ KAFKOVÁ, Marcela . 2013. *Šedivější hodnoty? Aktivita jako dominantní způsob stárnutí*. Blansko: Masarikova univerzita. ISBN 978-80-210-6310-5.
- PICHAUD, Clément a Isabelle THAREAUOVÁ. 1998. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál, s. r. o. Překlad Milan Sedláček. ISBN 80-7178-184-3.
- PREISS, Marek a Jaro KŘIVOHLAVÝ, 2009. *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha : Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-2738-7.
- REICHEL, Jiří. 2009. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-3006-6.
- RHEINWALDOVÁ, Eva. 1999. *Novodobá péče o seniory*. Praha: Grada Publishing, spol. s r. o. ISBN 80-7169-828-8.
- SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. České Budějovice : Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-3850-5.
- SLEPIČKA , Pavel, Jiří MUDRÁK a Irena SLEPIČKOVÁ. 2015. *Sport a pohyb v životě seniorů*. Praha : Nakladatelství Karolínium. ISBN 978-80-246-3120-2.
- SUCHÁ, Jitka, Iva JINDROVÁ a Běla HÁTLOVÁ. 2013. *Hry a činnosti pro aktivní seniory* . Praha: Portál, s.r.o. ISBN 978-80-262-0335-3.
- ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. 2002. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, s. r. o. ISBN 80-7178-616-0.
- ŠPATENKOVÁ , Naděžda a Barbora BOLOMSKÁ. 2011. *Reminiscenční terapie*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-711-0.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ. 2015. *Edukace seniorů*. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-9917-9.

ŠTELCOVÁ, Pavlína. 2019. *Volnočasové aktivity seniorů na malých obcích do 1 000 obyvatel*. Olomouc (absolventská práce). CARITAS - Vyšší odborná škola sociální Olomouc.

ŠTĚPÁNKOVÁ, H., C. HÖSCHL a L. VIDOVIČOVÁ a kol. 2014. *Gerontologie - současné otázky z pohledu biomedicíny a společenských věd*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2628-4.

TOŠNEROVÁ, Tamara. 2009. *Jak si vychutnat seniorská léta*. Brno: Computer Press, a.s. ISBN 978-80-251-2104-7.

VOJTÍŠEK, Petr. 2012. *Výzkumné metody*. Praha: Vyšší odborná škola sociálně právní Praha. ISBN 978-80-905109-3-7.

VOĽANSKÁ, Ľubica. 2018. Starneme pri tom, že stále niečo robíme: Dôchodok ako voľný čas? *Národopisná revue*, č. 2, s. 103-118. ISSN 2570-9437. Dostupné z: <http://revue.nulk.cz/pdf/r2-2018.pdf>

ZGOLA, Jitka M. 2003. *Úspěšná péče o člověka s demencí*. Praha: Grada Publishing a.s. ISBN 80-247-0183-9.

5 Internetové zdroje

Dvořák, M., 2019. *seniorcr.cz*. [on-line]. Dostupné z: <https://seniorcr.cz/pravni-definice-seniora-dosud-chybi/> [cit. 17.2. 2020].

Česká asociace ergoterapeutů. [on-line]. „Co je ergoterapie?“. Dostupné z: <http://ergoterapie.cz/co-je-to-ergoterapie/> [cit. 17. 2. 2020].

Český statistický úřad. [on-line]. Olomoucký kraj – obce ve správním obvodu ORP: Šumperk. Dostupné z: <https://vdb.czso.cz/vdbvo2/faces/cs/index.jsf?page=vystup-objekt&pvo=MLO201925&z=T&f=TABULKA&skupId=2768&katalog=32753&pvo=MLO201925&pvokc=65&pvoch=7111#w=> [cit.21.3.2020].

Ministerstvo práce a sociálních věcí. [on-line]. Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/web/cz/narodni-akcni-plan-podporujici-pozitivni-starnuti> [cit.21.3.2020]

6 Seznam grafů

Graf č. 1 Návratnost dotazníků – obce	29
Graf č. 2 Návratnost dotazníků – senioři.	30
Graf č. 3 Zpracování dotazníků – obce.	31
Graf č. 4 Zpracování dotazníků-senioři.	32
Graf č. 5 Program péče	32
Graf č. 6 Pověřený pracovník.	32
Graf č. 7 Pořádání volnočasových aktivit výhradně pro seniory I.	33
Graf č. 8 Objednavatel akcí.	33
Graf č. 9 Pořadatel akcí.	33
Graf č. 10 Zdroj úhrad	34
Graf č. 11 Forma aktivit I.	34
Graf č. 12 Téma aktivit I.	34
Graf č. 13 Vedení odborníkem I.	35
Graf č. 14 Zpětná vazba I.	35
Graf č. 15 Překážky při organizaci aktivit	35
Graf č. 16 Informační kanály I.	36
Graf č. 17 Pořádání volnočasových aktivit výhradně pro seniory II.	36
Graf č. 18 Forma aktivit II	37
Graf č. 19 Téma aktivit II.	37
Graf č. 20 Vedení odborníkem II.	38
Graf č. 21 Zpětná vazba II.	38
Graf č. 22 Překážky a nedostatky	39
Graf č. 23 Informační kanály II.	39
Graf č. 24 Spokojenost s celkovým počtem aktivit.	40
Graf č. 25 Spokojenost se zaměřením aktivit	40
Graf č. 26 Přínos z aktivit v životě.	41
Graf č. 27 Účast na aktivitách.	41
Graf č. 28 Účast na aktivitách v jiných obcích.	42
Graf č. 29 Důvody pro neúčast v obci.	42
Graf č. 30 Důvody nenavštěvování aktivit v jiných obcích.	43
Graf č. 31 Důvody pro navštěvování aktivit v jiných obcích.	43

7 Přílohy

Příloha č. 1) Dotazník pro samosprávu obcí

Vážený respondente,

obracím se na Vás s žádostí o vyplnění přiloženého dotazníku, který bude podkladem pro vypracování mé bakalářské práce. Cílem dotazníku je zjistit, jsou-li na malých obcích do 1000 obyvatel pořádány jakékoliv aktivity (přednášky, zájezdy, společenský večer, sport, dílny) pro seniory ve věkové kategorii 65 a více let, jaké k tomu mají obce podmínky a jaká je s nimi spokojenost mezi samotnými seniory. Sama pracuji na malé obci a ráda bych její činnost ve směru podpory kvality života seniorů rozvíjela. Velice Vám děkuji za spolupráci a cením si času, který vyplnění dotazníku věnujete.

Dotazník je anonymní

V úvodu prosím o vyplnění několika informací:

Počet zaměstnanců obce na hlavní pracovní poměr

Počet zaměstnanců obce na jiný typ pracovního poměru.....

Počet dobrovolníků pomáhajících obci při pořádání společenských aktivit (odhad).....

Počet místních složek /spolků v obci (sbor hasičů, sokol, TJ, myslivci, klub žen, seniorů apod.)

Vybranou odpověď prosím označte X, v některých otázkách můžete označit i více odpovědí.

1. Má obec zpracovaný program či jiný dokument zaměřený na podporu kvality života seniorů v obci?

ano

ne

připravuje se

2. Má obec pověřeného pracovníka – pracovní skupinu - pro řešení sociální problematiky seniorů v obci?

ano

ne

připravuje se

3. Pojem volnočasové aktivity seniorů chápe obec jako: (možno zvolit více variant)

soukromé aktivity (zájmy a záliby, cestování, sběratelství apod.)

pracovní aktivity (na zahradě, na údržbě domu, hospodářství apod.)

účast na pořádaných akcích

účast na pořádaných akcích výhradně pro seniory

jiná forma, prosím uveďte

4. Zabývá se obec volnočasovými aktivitami pro seniory?

ano

ne

připravuje se

5. Přicházejí na obec nabídky pro uspořádání volnočasových aktivit pro seniory?

ano

ne

nevím

6. Kolik jakýchkoliv volnočasových aktivit se v obci pořádá ročně?

0

1-5

6-10

více jak 10

Pokud jste odpověděli 1 a více akcí, prosím pokračujte otázkou č. 9)

7. Důvodem proč volnočasové akce nepořádáte je: (můžete označit více možností)

- chybí finanční prostředky
- chybí organizátor/ organizační tým
- chybí prostory
- nezájem ze strany obyvatel (rozumí se neúčast či minimální na dříve pořádaných akcích)
- jiné, prosím uveďte.....

8. Pokud by došlo k odstranění důvodů, proč nyní akce nepořádáte:

- měli bychom zájem akce pořádat
- nemáme zájem akce pořádat
- nemáme k pořádání akcí stanovisko

Tímto je vyplňování dotazníku ukončeno. Děkuji za jeho vyplnění.

9. Kolik z celkového počtu volnočasových aktivit je určeno výhradně pro seniory?

- 0
- 1
- 2 - 5
- 6 - 10
- více jak 10

10. Kdo je objednavatelem akcí? (můžete označit více možností)

- obec
- obec ve spolupráci s místní složkou či občany
- místní složka či spolek bez účasti obce
- místní občané
- jiné, prosím uveďte.....

11. Kdo je pořadatelem akcí? (můžete označit více možností)

- obec
- obec ve spolupráci s místní složkou či občany
- místní složka či spolek bez účasti obce
- místní občané
- jiné, prosím uveďte.....

12. Jsou tyto akce vedeny odborníkem? (speciální pedagog, terapeut, lékař apod.)

- ano
- převážně ano
- velmi zřídka
- ne
- není nám známo

13. Jakou formou akce probíhají? (označte všechny využívané varianty)

- přednáška
- práce na počítači
- sportovní aktivity
- kulturně-společenské aktivity (zájezdy, posezení, společenské hry, tanec)
- nácvik dovedností a pracovní aktivity (trénink paměti, tvořivé dílny, ruční práce apod.)
- jiné, prosím uveďte.....

14. Jaké téma převládá?

- zdraví
- finanční gramotnost
- podpora soběstačnosti
- bez určení konkrétního tématu
- jiné, prosím uveďte

15. Jak jsou akce hrazeny? (odměna přednášejícího, materiál, pronájem prostor apod. - možno zvolit více odpovědí)

- z rozpočtu obce
- podílí se senioři (vstupné, platba za materiál apod.)
- pořádající složka
- z dotace
- jiné zdroje (prosím uveďte)

16. V jakém rozmezí se pohybuje úhrada za jednu akci?

- do 5 000
- 5 001-10 000
- více jak 10 000 (můžete-li, prosím uveďte částku)
- nepořádáme hrazené akce
- cena nám není známa

17. Vnímáte nějaké překážky při jejich organizaci? (možno zvolit více odpovědí)

- žádné překážky
- organizační tým/ organizující osoba (chybí či je problematické sestavit)
- finanční prostředky
- prostory
- chybí odborné podklady/ odborné vedení
- jiný důvod, prosím uveďte.....

18. Máte zpětnou vazbu od zúčastněných seniorů?

- ano vždy
- převážně ano
- výjimečně

- při volbě z předchozích možností prosím doplňte (označte všechny využívané varianty) :

- formu : ústně (přímé dotazování seniorů)
 písemně (např. dotazník)

zda je hodnocena:

- kvalita akce (úroveň informací, přednášejícího, názornost ukázek apod.)
 - spokojenost se zvoleným tématem akce
 - celková organizace akce (délka trvání, prostory, zajištění zázemí apod.)
- ne - zpětná vazba se neprovádí

19. Jakým způsobem o pořádání akce seniory informujete?

- hlášení místního rozhlasu
- pozvánka v místním tisku
- pozvánky do schránek
- plakátovací plochy
- elektronicky – web stránky obce, pozvánky na emaily apod.
- jiné, prosím uveďte.....

Děkuji za vyplnění dotazníku.

Příloha č. 2) Dotazník pro seniory

Vážený respondente,

obracím se na Vás s žádostí o vyplnění přiloženého dotazníku, který bude podkladem pro vypracování mé bakalářské práce. Cílem dotazníku je zjistit, jsou-li na malých obcích do 1000 obyvatel pořádány volnočasové aktivity pro seniory ve věkové kategorii 65 a více let, jaké k tomu mají podmínky a jaká je s nimi spokojenost z Vaší strany. Jedná se o volnočasové aktivity typu kulturní akce (plesy, masopusty, zájezdy, divadla), sportovní akce (různé sportovní klání jak pro diváckou účast, tak se zapojením

veřejnosti), vzdělávací akce (přednášky, kurzy, nácvik dovedností) a podobně. Sama pracuji na malé obci a ráda bych její činnost ve směru podpory kvality života seniorů rozvíjela. Velice Vám děkuji za spolupráci a cením si času, který vyplnění dotazníku věnujete.

Dotazník je anonymní.

V úvodu prosím o vyplnění několika informací:

Jsem : MUŽ ŽENA

Věková kategorie: 65 – 75 76 – 85 více jak 85

Vybranou odpověď prosím označte X , v některých otázkách můžete označit i více odpovědí.

1. Kolik volnočasových aktivit se v obci pořádá ročně?

0 akcí - při této odpovědi pokračujte otázkou č. 14)

1 - 5 akcí

6 - 10 akcí

více jak 10 akcí

počet akcí nesleduji

2. Jakým způsobem se o pořádání akce dozvídáte? (označte všechny využívané varianty)

hlášení místního rozhlasu

pozvánka v místním tisku

pozvánky ve schránce

na plakátovacích plochách

elektronicky – web stránky obce, pozvánky na e-maily apod.

jiné, prosím uveďte.....

o pořádání akcí se nedozvídám

3. Kolik z celkového počtu volnočasových aktivit je určeno výhradně pro seniory?

0

1 - 5

6 - 10

více jak 10

nevím

4. Jste spokojen/a s celkovým počtem akcí?

ano, jsem s jejich počtem spokojen/a

měl/a bych zájem o větší počet

ne, je jich příliš

počet není důležitý

5. Zúčastňujete se těchto akcí?

téměř vždy

občas

- pokud jste vybral/a ze dvou předcházejících nabídek, pokračujte otázkou č. 7)

nikdy se nezúčastňuji

6. Důvodem pro neúčast na akcích je:

- ze zdravotních důvodů
- z finanční důvodů
- z organizačních důvodů (například nevhodný čas pořádání akce, nedostupné prostory
– bez výtahu, není bezbariérový přístup a podobně)
- jiné, prosím uveďte

Pokračujte otázkou č. 14)

7. Jsou tyto akce vedeny nějakým odborníkem? (speciální pedagog, terapeut, lékař, sociální pracovník apod.)

- ano
- převážně ano
- výjimečně
- ne
- není mi známo, kdo akce vede

8. Jakou formou akce probíhají? (označte všechny využívané varianty)

- přednáška
- práce na počítači
- sportovní aktivity
- kulturně-společenské aktivity (zájezdy, posezení, společenské hry, tanec)

nácvik dovedností a pracovní aktivity (trénink paměti, tvořivé dílny, ruční práce apod.)

jiné, prosím uveďte

9. Jaké téma převládá?

zdraví

finanční gramotnost/ informace

podpora soběstačnosti

bez určení konkrétního tématu

jiné, prosím uveďte

10. Jste se zaměřením aktivit spokojen/a?

ano

spíše ano

spíše ne

ne

11. Byly pro Vás informace či dovednosti získané při účasti na akci ve Vašem životě přínosem?

ano

spíše ano

spíše ne

ne

12. Vnímáte nějaké nedostatky při pořádání akcí? (můžete označit i více odpovědí)

organizace (například nedostatek pořadatelů, problémy s místy k sezení apod.)

finanční prostředky (vysoké vstupné, plná úhrada účasti apod.)

prostory (například výhrady vůči velikosti prostor, nedostupnost – v budově bez výtahu, nespokojenost s celkovým umístěním, kde se akce pořádá)

vedení akce (například není odborné vedení)

jiné, prosím uveďte

žádné nedostatky

13. Jste dotazován/a, jak jste byl/a s akcí spokojeni?

ano vždy

převážně ano

výjimečně

- při volbě z předchozích možností prosím doplňte (označte všechny využívané varianty):

forma: ústně (přímé dotazování)

písemně (např. dotazník)

zda jste dotazován/a na:

kvalitu akce (úroveň informací, přednášejícího, názornost ukázek apod.)

spokojenost se zvoleným tématem akce

celkovou organizaci akce (délka trvání, prostory, zajištění zázemí apod.)

ne

14. Navštěvujete volnočasové aktivity v jiných obcích (městech)?

ano - při volbě této varianty pokračujte otázkou č. 15)

ne - při volbě této varianty pokračujte otázkou č. 16)

15. Důvod návštěvy v jiných obcích: (můžete označit i více odpovědí)

větší počet zážitků (rozumí se v obci je malý či žádný počet akcí, zaměření, které mi nevyhovuje a podobně)

vyšší úroveň (rozumí se organizace, prostředí, přednášející, materiální zajištění apod.)

cenová dostupnost (vstup zdarma, se slevou, levnější oproti akcím v místě apod.)

jiné, prosím uveďte

16. Důvody, proč nenavštěvujete volnočasové aktivity v jiných obcích (městech):

cenová nedostupnost (vysoké vstupné, navyšuje se o náklady na dopravu apod.)

o pořádání akcí se nedozvídám

chybí dopravní obslužnost (rozumí se nevyhovující či žádné autobusové nebo vlakové spojení)

jiné, prosím uveďte

Děkuji za vyplnění dotazníku.