

Univerzita Hradec Králové  
Filozofická fakulta

# **BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

2015

Veronika Šipková

Univerzita Hradec Králové  
Filozofická fakulta  
Katedra Sociologie

## **Kvalita života seniorů v městském prostředí**

Bakalářská práce

Autor: Veronika Šipková

Studijní program: B6703 / Sociologie

Studijní obor: Sociologie obecná a empirická

Vedoucí práce: PhDr. Kudová Lucie, Ph.D.

Hradec Králové, 2015



## Zadání bakalářské práce

<b>Autor:</b>	<b>Veronika Šípková</b>
Studium:	F12494
Studijní program:	B6703 Sociologie
Studijní obor:	Sociologie obecná a empirická
<b>Název bakalářské práce:</b>	<b>Kvalita života seniorů v městském prostředí</b>
Název bakalářské práce AJ:	The Life Quality of Seniors in an Urban Environment

### Anotace:

Cílem bakalářské práce bude popsat, jak senioři subjektivně vnímají kvalitu svého života v městském prostředí, tj. zjistit míru spokojenosti s životními podmínkami v místě bydliště. Cílovou skupinou budou senioři v Hradci Králové (městská část Nový Hradec Králové). Bakalářská práce se zaměří např. na vnímání pozitiv a negativ každodenního života spojeného s místem bydliště, možnosti obstarávání denních potřeb, na četnost a druh sociálních kontaktů, místa setkávání, sousedské vztahy, na volnočasové aktivity, spokojenost s bydlením. Šetření bude provedeno kvalitativní metodou prostřednictvím techniky kvalitativního rozhovoru. Základní literatura: Gruss, Peter (ed.). 2009. Perspektivy stárnutí: z pohledu psychologie celoživotního vývoje. Praha: Portál. Haškovcová, Helena. 2010. Fenomén stáří. Praha: Havlíček Brain team. Hendl, Jan. 2008. Kvalitativní výzkum. Praha: Portál. Heřmanová, Eva. 2012. Koncepty, teorie a měření kvality života. Praha: Sociologické nakladatelství, Kuchařová, Věra. 2002. Život ve stáří. Zpráva o výsledcích empirického šetření. Praha: VÚPSV. Kvalita života ve stáří: národní program přípravy na stárnutí na období let 2008-2012. Ort, Jiří. 2004. Kapitoly ze sociologie stáří: společenské a sociální aspekty stárnutí. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, Pedagogická fakulta. Ouředníček, Martin, Jana Temelová. 2012. Sociální proměny pražských čtvrtí. Praha: Academia. Rabušic, Ladislav. 1995. Česká společnost stárne. Brno: Masarykova univerzita. Rabušic, Ladislav. 1997. Česká společnost a senioři. Brno: Masarykova univerzita. Sak, Petr, Karolína Kolesárová. 2012. Sociologie stáří a seniorů. Praha: Grada. Sýkorová, Dana, Oldřich Chytil. 2007. Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie. Praha: Sociologické nakladatelství. Strauss, Anselm, Juliet Corbinová. 1999. Základy kvalitativního výzkumu. Brno: Nakladatelství Albert. Švaříček, Roman, Klára Šedřová a kol. 2007. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Grada. Vaňurová, Helena, Pavel Mühlpachr. 2005. Kvalita života: teoretická a metodologická východiska. Brno: Masarykova univerzita. Vohralíková, Lenka, Ladislav Rabušic. 2004. Čeští senioři včera, dnes a zítra. Praha: VÚPSV a Brno: Výzkumné centrum. Žumárová, Monika. 2012. Subjektivní pohoda a kvalita života seniorů. Prešov: Akcent print.

Garantující pracoviště:	Katedra sociologie, Filozofická fakulta
Vedoucí práce:	PhDr. Lucie Kudová, Ph.D.
Oponent:	PhDr. Miroslav Joukl, Ph.D.
Datum zadání závěrečné práce:	12.6.2014

### **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovávala pod vedením vedoucího bakalářské práce a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 06. 05. 2015

.....  
Šípková Veronika

## **Poděkování**

Tímto bych chtěla především poděkovat vedoucí mé bakalářské práce paní PhDr. Lucii Kudové, PhD. za čas, který mé práci věnovala, ochotu při poskytování konzultací a za přínosné připomínky a informace k bakalářské práci. Dále bych chtěla poděkovat své rodině za podporu a vytvoření zázemí při psaní závěrečné práce.

V Hradci Králové dne 06. 05. 2015

Veronika Šipková

## **Anotace**

Šipková, Veronika. 2015. *Kvalita života seniorů v městském prostředí*. Hradec Králové: Filozofická fakulta, Univerzita Hradec Králové, 52 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce popisuje, jak senioři subjektivně vnímají kvalitu svého života v městském prostředí. Jde především o zjištění míry spokojenosti s životními podmínkami v místě bydliště. Cílovou skupinou jsou senioři v Hradci Králové, konkrétně městská část Nový Hradec Králové. Bakalářská práce je zaměřena např. na vnímání pozitiv a negativ každodenního života spojeného s místem bydliště, možnosti obstarávání denních potřeb, na četnost a druh sociálních kontaktů, místa setkávání, sousedské vztahy, na volnočasové aktivity, spokojenost s bydlením. Šetření je provedeno kvalitativní metodou prostřednictvím techniky polostrukturovaného rozhovoru.

Klíčová slova: senioři, kvalita života, volnočasové aktivity, sociální kontakty

## **Annotation**

Šipková, Veronika. 2015. *The Life Quality of Seniors in an Urban Environment*. Hradec Králové: Faculty of Arts, University in Hradec Králové, 52 pp. Bachelor Degree Thesis.

The aim of this bachelor's thesis is to describe how the seniors subjective perceive their quality of life in urban environments, i.e. determine the degree of their satisfaction with living conditions at home. The target group will be seniors in Hradec Králové (district New Hradec Králové). Bachelor thesis focuses, e.g. on the perception of positives and negatives of everyday life associated with place of residence, the possibility of obtaining daily needs, the frequency and type of social contacts, meeting places, neighborly relations, leisure time activities, satisfaction with housing. Investigation will be carried out through a qualitative method of qualitative interview technique.

Key words: seniors, quality of life, leisure activities, social contacts

## Obsah

Úvod .....	9
1. Stav dosavadního poznání.....	11
2. Teoretická východiska .....	19
2.1 Vymezení pojmu stáří.....	19
2.2 Vymezení pojmu kvality života.....	20
2.3 Objektivní a subjektivní vnímání kvality života .....	21
2.4 Faktory ovlivňující kvalitu života .....	23
2.4.1 Zdraví.....	23
2.4.2 Aktivní stárnutí a volný čas .....	25
2.4.3 Rodinné vztahy v seniorském věku .....	26
3. Postup a výzkumné metody .....	28
3.1 Cíl bakalářské práce.....	28
3.2 Výzkumné otázky .....	29
3.3 Výzkumná metoda a technika sběru dat .....	29
3.4 Cílová skupina a vzorek respondentů.....	30
3.5 Harmonogram prací a sběr dat .....	30
3.6 Průběh rozhovorů .....	31
3.7 Identifikační znaky respondentů.....	32
4. Výsledky .....	34
4.1 Charakteristika respondentů .....	34
4.2 Spokojenost s lokalitou a místními podmínkami .....	45
4.3 Volnočasové aktivity seniorů .....	48



4.4 Sociální kontakty a rodina .....	51
4.5 Zhodnocení života .....	54
Závěr.....	57
Seznam použité literatury.....	59
Seznam příloh.....	61

## Úvod

Cílem této bakalářské práce je zjistit, jak senioři subjektivně vnímají kvalitu svého života v městském prostředí. V této práci se především zaměřuji na jejich míru spokojenosti s životními podmínkami v místě jejich bydliště, konkrétně v městské části Nový Hradec Králové. Téma kvality života je obecně považováno za základ spokojeného života. Spokojenost souvisí nejen s prostředím, ale i navazováním sociálních kontaktů. Proto jsem si jako cílovou skupinu vybrala seniory, pro zjištění jejich spokojenosti s lokalitou. Námětem pro psaní této práce bylo, že v lokalitě Nový Hradec Králové bydlím druhým rokem a povšimla jsem si, že zde žije větší část seniorů.

V této práci je mým cílem odpovědět na tyto otázky: 1) Jak jsou senioři spokojeni s lokalitou, ve které žijí, s místními podmínkami pro každodenní život? 2) Jaký je denní režim seniorů? Jak tráví svůj volný čas? Jaké příležitosti pro volnočasové aktivity jim poskytuje místní lokalita? 3) Jaká je četnost a druh sociálních kontaktů, kde k nim dochází? Jakou roli hraje v životě seniora jeho rodina? 4) Jak senioři vnímají a hodnotí svůj život?

Pro dané šetření jsem zvolila metodu kvalitativního výzkumu. Kvalitativní výzkum jsem zvolila z toho důvodu, protože je třeba delšího kontaktu s lidmi a prostředím, které chce tazatel zkoumat. Data jsem zjišťovala pomocí polo-strukturovaného rozhovoru, který je pro tento typ šetření nejvhodnější.

Podrobněji se v práci také zaměřuji na to, jak tito senioři vnímají pozitiva a negativa, která úzce souvisí s jejich každodenním životem. Zda

jsou spokojeni v místě svého bydliště, jak se jim líbí okolní prostředí a jak vnímají celkovou podobu této městské části. Dále se zajímám o to, jaké možnosti mají ohledně obstarávání svých denních potřeb, které jsou pro ně každodenní nutností. Také se zaměřím na četnost a druh sociálních kontaktů, které senioři mají. Jak často se vídají se svými přáteli, vrstevníky nebo se svou rodinou. Jaká volí místa pro setkávání se svými nejbližšími, kde tráví svůj čas nejčastěji a zároveň nejraději. Zároveň zohledním, jaké mají mezilidské vztahy se svými sousedy, zda se navštěvují, s jakou pravidelností a na jakém místě se v městské části nejraději setkávají. Tak jako každá věková skupina, tak i senioři mají různé volnočasové aktivity, které pro mou práci budou taktéž stěžejní. V této práci se také zaměřuji na to, jaké volnočasové aktivity si senioři vybírají, co nejčastěji ve svém volném čase dělají a jaké volnočasové aktivity je nejvíce baví. Zda chodí do kina, divadla, na procházky nebo si jen posedět se svými přáteli do kaváren a restaurací. Stěžejní v mé práci také je zohlednit jejich spokojenost s místem bydliště a jejich bydlením. Jestli jsou ve svém domě či bytě spokojeni, zda by uvítali nějaké změny v případě jejich současného bydlení. Senioři jsou v určité etapě života, kdy mají více volného času a tráví ho naprosto rozdílným způsobem, než například když byli mladí. Také názory, které se pojí s celkovou spokojeností a kvalitou života jsou naprosto rozdílné oproti jiným věkovým skupinám. Proto se také zaměřuji na zhodnocení jejich života, popřípadě co by pro ně bylo lepší a zda mají nějaké plány do budoucna.

Stěžejní je pro mou práci literatura, která se zabývá seniory z pohledu jejich volného času a volnočasových aktivit, dále také životním stylem či samotnou kvalitou života, jako například autorka Helena Haškovcová a její Fenomén stáří nebo Monika Žumárová s knihou Subjektivní pohoda a kvalita života seniorů.

## 1. Stav dosavadního poznání

Volný čas, spokojenost s životními podmínkami, sociální kontakty, spokojenost s bydlením a mnohé další faktory jsou nedílnou součástí stáří. O seniorech jako sociální skupině je nepřehledné množství pramenů, odborné literatury a článků, které vypovídají např. o kvalitě jejich života v postproduktivním věku, aktivním stáří a o mezigenerační problematice. Zaměřím-li se na podrobnější zkoumání života seniorů týkající se kvality života a jejich volnočasových aktivit, počet literatury na toto téma oproti literatuře přímo o seniorech poměrně klesne. Pro tuto práci jsem mimo jiné také vyhledávala literaturu a projekty, které popisují empirické výzkumy, které byly prováděny na území České republiky s podobným námětem a které se snaží přiblížit život a aktivity ve stáří. Inspirací byly pro mne také bakalářské a diplomové práce zabývající se seniory.

Ústřední je pro mou práci také pojetí kvality života. Kvalita života je pojem, který má široké zastoupení týkající se počtu definic a není jednoduché toto pojetí jednoznačně formulovat. „*V rámci vědecké literatury patrně neexistuje shoda týkající se počátků významu kvality života. I proto lze tvrdit, že o kvalitu života měli lidé zájem již od pradávna. Již v řecké a římské mythologii najdeme koncepci kvality života spojovanou se jmény Asclepia, Aesculapa aj.*“ [Heřmanová 2012: 13]. Heřmanová uvádí několik autorů, kteří definují pojem kvality života. Jedním z nich je i Rifkin, podle kterého definuje Evropská komise OSN kvalitu života, jako „*nehmotné aspekty života, tj. zdraví, společenské vztahy, kvalitu přírodního prostředí, existující životní podmínky a osobní blahobyť.*“ [Heřmanová 2012: 44].

*„Jednou z nejstarších definic, kterou by bylo možné chápat jako oborovou definici kvality života, je definice zdraví, kterou již v roce 1948 navrhla a přijala Světová zdravotnická organizace (WHO). Tato definice uvádí, že „zdraví není jen absence nemoci či poruchy, ale je to komplexní stav tělesné, duševní i sociální pohody (well-being).“ [Heřmanová 2012: 32]. A právě sociologie si nespojuje kvalitu života pouze se zdravím a vidí tuto problematiku i z jiného úhlu pohledu. Pojem kvality života není vždy chápán v souladu s tím, jak by se měl člověk cítit po fyzické a psychické stránce, ale tento pojem je také brán z pohledu reklamního sloganu, kdy má za úkol přilákat co nejvíce spotřebitelů na jimi propagované volnočasové aktivity, bydlení, atd. [Heřmanová 2012: 35]. „V obecné rovině je podle sociologie kvalita života určena především protikladem k objemovým, ekonomickým a se ziskem souvisejícím kritériím výkonnosti a úspěšnosti společenského systému. Na úrovni života jednotlivce bývá kvalita života proti konzumnímu životnímu stylu preferujícím vlastnictví, které samo o sobě nemůže člověka uspokojit a kompenzovat nedostatek či absenci uspokojování jiných potřeb, zejména duchovního charakteru. Zde kvalita života překračuje rámec čistě materiálních potřeb, které je možné uspokojit prostřednictvím zboží.“ [Hrabovská 2006: 38].*

Například Dufková uvádí tři základní typy pojetí kvality života. Jde o:

a) *„Makrostrukturální pojetí, které je nejméně přesné, neboť charakterizuje kvalitu života jako jedno z kritérií společenského pokroku. V jiném možném výkladu makrostrukturálního pojetí se kvalita života nevymezuje přímo pomocí kvantitativních charakteristik, ale i tak má stále*

významné postavení v rámci mezinárodních srovnání.“ [Heřmanová 2012: 33].

b) „Mezostrukturální pojetí je již méně obecné; snaží se o podchycení kvality života na nižší úrovni obecnosti, u menších sociálních celků, ovšem toto hodnocení či analýza nedospívá až k úrovni jednotlivců.“ [Heřmanová 2012: 33].

c) „Mikrostrukturální pojetí používá výrazně subjektivistickou optiku a individuálně subjektivní přístupy, neboť pracuje s takovými pojmy jako spokojenost, štěstí či sebereflexe, individuální tvorba, individuální uspokojování potřeb apod.“ [Heřmanová 2012: 33].

Problematikou stáří a stárnutí obecně se zabývá spousta autorů, kteří se snaží danou problematiku uvést na pravou míru svými poznatky a výzkumy, získanými prostřednictvím kvalitativních či kvantitativních šetření. Pro lepší vyobrazení pojmu senior jsem čerpala z monografie *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku* [2006] od autorů Zdeňky Kozákové a Oldřicha Müllera, kde popisují, jak by se měl člověk v dospělosti připravovat na důchod čili období stáří. Kozáková zde také vystihuje odlišnosti v chápání pojmu senior. Termín důchodce, poměrně dost užívaný a běžný slangový výraz pro seniora, vidí jako velmi nevhodný, protože „označuje pouze člověka pobírajícího důchod.“ [Kozáková, Müller 2006: 7]. Obdobný názor má i na výraz starý. Slova jako starý a důchodce jsou pro Kozákovou nedůstojná pojmenování. Autoři se spíše zabývají seniory z pohledu speciálně-pedagogické gerontagogiky [Kozáková, Müller 2006: 7].

S přibývajícím věkem člověk stárne a nastupuje obava z toho, že se takovýto člověk stane nepotřebným. Definovat stáří je stejně tak komplikované a významově nejednoznačné, jako již zmiňované pojetí kvality života. Každý si pojem stárnutí spojuje s jinou věkovou hranicí a každý má jiný úzus na tuto problematiku. Žumárová ve své monografii *Subjektivní pohoda a kvalita života seniorů* [2012] definuje stárnutí takto: „Stárnutí je možné považovat za přirozený a biologicky zákonitý proces, který se projevuje sníženou adaptační schopností organismu a úbytkem funkčních rezerv.“ [Žumárová 2012: 39].

Zůstanu-li u pojmu stáří, ráda bych se zmínila o výzkumu, který prezentuje ve sborníku *Autonomie ve stáří, strategie jejího zachování* [2004] Lucie Vidovičová, která představila data ze dvou výzkumů a to z výzkumů Ageismus 2003 a PPA II- ČR 2001. Výzkum Ageismus proběhl v listopadu a prosinci 2003 u 1584 respondentů ve věku 15 až 83 let a výzkum PPA II- ČR byl proveden na podzim roku 2001 u 1094 respondentů ve věku 18-75 let. U výzkumu PPA II bylo také prioritou zjistit, podle jakých znaků, který jedinec vykazuje, vnímají někoho, jako starého člověka [Sýkorová, Chytil (eds.) 2004: 61-62].

**Tabulka 1.: Faktory, které určují, že vnímáme člověka jako starého dle věku respondenta (první nejdůležitější faktor) v %.**

Faktor	18-29 let	30-49 let	50-59 let	60 a více let
fyzický stav	29	32	39	37
Věk	32	25	22	29
ztráta autonomie	16	20	13	17
ztráta duševní svěžesti	17	15	12	11
odchod do důchodů	2	3	2	0,5
potíže s přizpůsobováním se změnám	3	4	9	4

Zdroj: [Sýkorová, Chytil (eds.) 2004: 61].

*„Do jisté míry tak lze říci, že každá věková skupina se stářím problematizuje takové rysy, ze kterých právě sama nejvíce těží.“* [Sýkorová, Chytil (eds.) 2004: 61].

Z jiné perspektivy podávají informace o seniorech ve své publikaci *Sociologie stáří a seniorů* [2012] Kolesárová a Sak. Ti se především zaměřili nejen na generační srovnání mezi seniory, ale realizovali vlastní výzkum „Tři generace“, který byl založen na třígeneračním sociálním vláknu. Tento výzkum měl za úkol vysvětlit, že seniora jakožto jedince „... lze vnímat jako součást sociálního vlákna tvořeného i předchozími generacemi, respektive jejich částmi k němu se vztahujícími, tedy v případě našeho výzkumu rodiči a prarodiči.“ [Kolesárová, Sak 2012: 50]. Dalším stěžejním úsekem této knihy byla kapitola, kde se autoři snažili popsat, jak se senioři snaží realizovat aktivity, které si osvojili v předešlých životních etapách, ale zároveň se nebrání tomu, aby se ve svém životě naučili novým technologiím, nebrání se využívat internet a další moderní elektroniku ke spojení se se svou rodinou či přáteli [Kolesárová, Sak 2012: 109].



Být i v seniorském věku po fyzické stránce zdravý a aktivní je pro jedince jistou výhodou. „Aktivní život a aktivní stárnutí znamená, že se jednotlivec snaží zajistit si dobrou kvalitu života. Kvalita života však nereprezentuje pouze individuální životní standard, ale je velmi úzce spjata i s prostředím, ve kterém lidé žijí, s jejich potřebami a požadavky.“ [Holczerová, Dvořáčková 2013: 23]. Těmito slovy začíná svoji kapitolu s názvem *Aktivní stárnutí* Dagmar Dvořáčková v knize *Volnočasové aktivity pro seniory* [2013]. Zastavím-li se u volnočasových aktivit, vzdělávání a učení s tím spojené, což je pro mou práci neméně důležitou složkou, nemohu opomenout sborník *Autonomie ve stáří: strategie jejího zachování* [2004], který byl sepsán ve spolupráci s vědeckým týmem autorů. Autorka článku Danuše Matýsková ve své stati *Vzdělávací aktivity v seniorském věku*, přináší další pohled na tzv. „aktivní stáří.“ Motivů, proč se senioři snaží být aktivní i v postproduktivním věku, může být několik. Jak uvádí autorka, je to například kvůli své osobní seberealizaci, učení se novým dovednostem či rozvíjení a navazování sociálních kontaktů. Toto téma přivedlo Matýskovou k tomu, položit si otázku, „... jaké příležitosti mají senioři, kteří chtějí žít aktivně a chtějí se vzdělávat, na malém městě?“ [Sýkorová, Chytil, (eds.) 2004: 255-256]. Na základě této otázky provedla šetření v malém městě nedaleko Prahy, kde jejím opěrným bodem byla tiskovina „Listy“, kde sami senioři mají možnost vyjádřit se k dané problematice ve městě. Z tohoto šetření vyplynulo, že město na tuto věkovou kategorii nezapomíná a vybuodovalo pro ně Domov důchodců, Sokol a dva Kluby D (kluby důchodců). [Sýkorová, Chytil, (eds.) 2004: 256-259].

Oprostím-li se od tématu volnočasových aktivit seniorů, mnohem důležitějším a zároveň neopomenutelným faktem je jejich autonomie. O

autonomii píše ve svém článku *Autonomie očima seniorů* [2004] Dana Sýkorová, kde se mimo jiné zmiňuje o tom, že ve stáří by měli senioři svoji identitu kontrolovat, kreativně rekonstruovat minulost spolu s navazováním vztahů s druhými [Sýkorová, Chytil, (eds.) 2004: 94]. Na základě seniorské autonomie sestavila výzkumný projekt, týkající se například toho, jak sami senioři definují autonomii nebo jakým způsobem se na nich projevuje. Semistrukturované rozhovory se seniory dovedly Sýkorovou k závěru, že „(s)enioři odmítají být „břemenem“ pro druhé a vyzdvihují prioritu vlastní odpovědnosti.“ [Sýkorová, D., O. Chytil, (Eds.) 2004: 94-115].

K této kapitole pro pochopení a lepší vyjádření dané problematiky jsem také čerpala již ze zmiňovaných článků a výzkumů prováděných na území České republiky, které do tohoto odvětví neodmyslitelně patří.

Článek ze Sociologického časopisu *Stáří lidé ve městě. Na okraj velkého tématu* [2012] informuje o projektu „Stáří v prostoru“, který byl prováděn se seniory ve věku (65+) ve třech městech České republiky Praze, Brně a Ostravě. Podstata tohoto výzkumu spočívala v tom, snažit se popsat vztah mezi stářím a prostorem, do jaké míry je starý člověk schopen psychicky zvládat proměny městských čtvrtí a jakým způsobem se s těmito změnami vypořádává [Sýkorová 2012: 111]. Ráda bych se zastavila u jednoho z těchto tří jmenovaných měst, konkrétně u Prahy. Výčet literatury, která by se týkala konkrétních případů, jak senioři žijí ve velkých městech, není příliš veliká, ale přece jen jsem našla publikaci, která stojí za zmínění. Jednou z nich je sborník *Sociální proměny pražských čtvrtí* [2012] od autorů Martina Ouředníčka, Jany Temelové (eds.). V tomto sborníku byla pro mne nejzásadnější kapitola *Kvalita života seniorů v centru Prahy*, kde

se autoři výzkumu zaměřují na subjektivní pohledy seniorů, žijících v městské části Praha 1 [Ouředníček, Temelová 2012: 69-88].

Vybrala jsem si jako téma mé bakalářské práce zjistit kvalitu života seniorů v jedné z městských částí Hradce Králové. Při vyhledávání vhodné literatury na toto konkrétní téma jsem mimo jiné narazila na publikaci, týkající se přímo města Hradec Králové a stáří. V publikaci *Aktivní stárnutí a mezigenerační solidarita v Hradci Králové* [2013] jsem narazila na ukázkový příklad mezigenerační komunikace mezi žáky základních škol a seniory. Odbor školství a volnočasových aktivit dětí a mládeže pořádá pro seniory kurz nazývaný „Internet pro seniory“. Samotnými lektory toho kurzu jsou již zmiňovaní žáci základních škol, kteří se snaží uvést seniory k základním praktikám práce na počítači. Tento kurz probíhá v Hradci Králové už několik let a těší se velké oblibě [Radnice 2013: 5]. Z hlediska mezigenerační komunikace je to hlavně pro žáky základních škol velká zkušenost a z určitého hlediska by tento kurz měl sloužit i jako porozumění starší generace onou mladší. Tentýž názor má i autorka Helena Haškovcová, kde ve své publikaci *Sociální gerontologie aneb seniori mezi námi* [2012] sděluje, že v posledních letech je věnována pozornost diskriminaci seniorů. „Jednou z nich je i tzv. ageismus, tedy averze proti všem, kteří jsou staří, nebo všemu, co mladším stáří připomíná. ... (s)eniori bývají snadným terčem. Agresor využívá i faktického nebo rušeného postoje seniorů: „Jsem nepotřebný“ nebo „nikdo mě nechce“ a dále jej posiluje.“ [Haškovcová 2012: 13].

## 2. Teoretická východiska

### 2.1 Vymezení pojmu stáří

Ať už dříve nebo později, stáří doběhne každého z nás. Stárneme prakticky už od narození. Mnoho autorů se problematikou stáří a stárnutí zabývá a ne každý vymezuje dobu stáří stejně. Haškovcová se k tomuto tématu vyjadřuje tak, že každý stárne už od narození a každý stárne jinak. Je dobré si uvědomit, že v určitých obdobích člověk stárne rychleji, v jiných zase pomaleji [Haškovcová 2010: 20].

*„Stáří je obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů, modifikovaných mnoha zevními faktory, z nichž zvláště významné jsou nemoci, způsob života a životní podmínky.“* [Ondrušová 2011:16].

Stárnutí můžeme také definovat z pohledu:

**Biologické stárnutí-** *„proces, během něhož dochází k vývojovým změnám na organické úrovni. Biologické stáří lze chápat jako úbytek sil a selhávání fyzických a duševních funkcí, jako konec biologického života a blízkost smrti.“* [Schmeidler a kol. 2009: 39].

**Psychologické stárnutí-** *„je úzce propojeno se stárnutím biologickým a sociálním. Snížení fyzické výkonnosti, možné fyziologické obtíže a nastavení sociálního okolí vůči stáří se odráží v sebehodnocení jedince, mají vliv na*

*jeho sociální interakce, a to vše se promítá do jeho aktuálního i dlouhodobého psychického stavu.*“ [Schmeidler a kol. 2009: 40].

**Sociální stárnutí-** *„sociální stárnutí lze vymezit jako reakci jedince na komplex ekonomických, pracovních, sociologických a sociálně psychologických daností.*“ [Schmeidler a kol. 2009: 43].

**Kalendářní, chronologický, matriční věk-** *„je dán datem narození. Z biologického hlediska je to údaj nespolehlivý. Známe mladé starce a staré mladíky.*“ [Pacovský, Heřmanová 1981: 15].

Světová zdravotnická organizace (WHO) akceptovala v šedesátých letech minulého století patnáctiletou periodizaci lidského života a klasifikuje věk na:

- *60- 74 let: rané stáří (počínající stáří)*
- *75- 89 let: vlastní stáří (osoby pokročilého, vysokého věku)*
- *90 a více let: období dlouhověkosti* [Ondrušová 2011: 16-17]

## **2.2 Vymezení pojmu kvality života**

Co se týká definic a pojetí termínu kvality života, jak jsem již zmiňovala v první kapitole, je jich nepřeborné množství. Výchozí definici od Duffkové, Urbana a Dubského jsem zvolila na základě toho, že kvalita života se odvíjí od subjektivního vnímání každého jedince. *„Existují i přístupy, které z neurčenosti a neurčitosti pojmu kvality života činí přednost: obecněji platné vymezení kvality ani nemůže existovat, protože si ji každý jednotlivec představuje jinak, a v tom spočívá její podstata. Kvalita*

*života je tedy to, zač ji člověk považuje, přičemž už z jeho výběru je možné na ledacos usuzovat a leccos vyvozovat pro jeho životní styl.*“ [Dufková, Urban, Dubský 2008: 99-100].

I například Eppler, který je považován za spoluzakladatele západoněmecké, sociálnědemokratické varianty propagace cílů kvality života prosazuje, že dnes *„hovoříme o kvalitě života, i když přesně nevíme, v čem spočívá, a ještě méně víme o tom, jak ji dosáhnout. Hovoříme o kvalitě proto, že s kvantitou jsme se dostali do slepé uličky. Vycházíme zde tedy nikoli ze znalostí, ale z pochybností.*“ [Dufková, Urban, Dubský 2008: 100].

### **2.3 Objektivní a subjektivní vnímání kvality života**

Uvažování nad životem, spokojeností v životě a snaha postihnout jeho kvalitu, je nedílnou součástí každého člověka. Souvislost je v dosažení vlastních cílů a přiblížení se vlastním hodnotám, které se uchylují k celkovému formování člověka. Proto na kvalitu života lze pohlížet ze dvou hledisek, a to objektivního a subjektivního [Žumárová 2012: 14].

O objektivní kvalitě života píše i Heřmanová kde uvádí, že objektivní kvalitu života lze chápat jako konkrétní, měřitelné životní podmínky a dosaženou životní úroveň jednotlivce. Mezi takovéto faktory patří například průměrná mzda, dostupnost služeb, dostupnost zdravotních

služeb a vzdělání, ale také míra korupce, možnost volby a výběru, možnost svobodného rozhodování a jiné [Heřmanová 2012: 47].

*„Objektivní kvalita života sleduje materiální zabezpečení, sociální podmínky života, sociální status a fyzické zdraví. Lze ji tedy vymezit jako souhrn ekonomických, sociálních, zdravotních a environmentálních podmínek, které ovlivňují život člověka.“* [Vařurová, Mühlpachr 2005: 17].

*„Subjektivní kvalita života se týká jedincova vnímání svého postavení ve společnosti v kontextu jeho kultury a hodnotového systému. Výsledná spokojenost je závislá na jeho osobních cílech, očekáváních a zájmech.“* [Vařurová, Mühlpachr 2005: 17].

Subjektivní vnímání kvality života je pro mou práci stěžejní. Proto je také prováděný výzkum zaměřen především na to, jak senioři vnímají kvalitu života v městské části Nový Hradec Králové. Inspirací byl pro mne sborník *Sociální proměny pražských čtvrtí* [2012] od autorů Martina Ouředníčka, Jany Temelové (eds.). V tomto sborníku byla pro mne nejzásadnější kapitola *Kvalita života seniorů v centru Prahy*. Oddíl se věnoval seniorům žijícím konkrétně v městské části Praha 1. Cílem samotného výzkumu bylo zjistit, jak senioři subjektivně vnímají prostředí, ve kterém žijí, ale také způsob trávení volného času, obstarávání denních potřeb a navazování sociálních kontaktů. Vzorek respondentů byl vytvořen ze sto čtyřiceti osmi dotazovaných. Výzkum dopadl nad očekávání dobře. Senioři hodnotili kvalitu života pozitivně, ale v určitých odvětvích by uvítali zkvalitnění prostředí, jako například lepší dostupnost malých

obchodů s potravinami nebo veřejných míst k odpočinku [Ouředníček, Temelová 2012: 69-88].

## **2.4 Faktory ovlivňující kvalitu života**

Žumárová se k této problematice vyjadřuje ve své publikaci tím způsobem, že i přes nesoulad různých definic a konceptů kvality života, můžeme najít jakousi součinnost v tom, že dvě hlavní složky tvoří vnější a vnitřní složku. Vnější složka je měřitelná objektivními indikátory a vnitřní složka vyžaduje subjektivní měřicí metody. Tyto dvě složky se vzájemně ovlivňují a proto tedy i pocit spokojenosti, tělesné a duševní pohody starých lidí je ovlivňován vnějšími životními podmínkami [Žumárová 2012: 15]. Jedná se o zdravotní, sociální, ekonomické a environmentální oblasti. Další skupina faktorů, které mají vliv na kvalitu života jedince, je zcela konkrétní a specifická. Jde např. o věk, pohlaví rodinnou situaci, dosažené vzdělání, hodnotový žebříček jednotlivce, ekonomickou situaci, kulturu apod. Nejčastější, veřejností zdůrazňovaný faktor ovlivňující kvalitu života, zejména u seniorské populace je zdraví [Dvořáčková 2012:76].

### **2.4.1 Zdraví**

Zdraví je důležité jak pro mladého, tak věkem pokročilého jedince. S rostoucím věkem zdravotních změn přibývá. Jedná se především o stránku psychickou, sociální a samozřejmě také biologickou.



Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje zdraví jako „stav úplné tělesné, duševní, sociální a spirituální pohody.“ [Sýkorová, Chytil (eds.) 2004: 174-175]. „Pojetí zdraví se i z pohledu pacientů v průběhu stárnutí mění a u seniorů narůstá význam subjektivního hodnocení zdraví. Vazba zdravotních obtíží, disability a zdravím podmíněné kvality života na konkrétní choroby se ve stáří oslabuje.“ [Ondrušová 2011: 27].

Zdraví lze také vymezit z pohledu schopnosti adaptace, ale u seniorů toto vymezení není příliš optimální. „Adaptací se v této souvislosti myslí schopnost přizpůsobit si prostředí nebo přizpůsobit se nepříznivým životním podmínkám.“ [Sýkorová, Chytil (eds.) 2004: 175]. Zdraví je také výslednicí mnoha faktorů, které jsou ve vzájemném působení. Jedná se především o interakci prostředí, emocí člověka, nacházení smyslu života, postoje ke smrti a stárnutí. „Kvalita života je podmíněna mnoha dalšími okolnostmi a v současné době je kladen důraz na subjektivní spokojenost.“ [Dvořáčková 2012: 76]. Co se týká sběru dat, evaluační nástroje, které se snaží zachytit, jak objektivní stav fyzického zdraví jednotlivce, tak jejich spokojenost se zdravím jsou již v dnešní době dostatečně propracovány. „V základním dotazníku pro měření kvality života WHOQOL-100 (World Health Organization Quality of Life Assessment), je významná část věnována otázkám zdraví a hodnocení vlastního zdravotního stavu respondentem.“ [Heřmanová 2012: 64]. Kromě tohoto dotazníku je ještě používán o čtvrtinu kratší WHOQOL-BREF, popř. verze pro vyšší věk, což je nad 65 let, WHOQOL-OLD. Všechny tyto dotazníky umožňují hodnocení různých aspektů života (fyzického zdraví, úrovně nezávislosti, sociálních vztahů, prostředí, spirituality a celkové kvality života) i jejich prožívání, včetně celkové spokojenosti se zdravím [Heřmanová 2012: 64].

## 2.4.2 Aktivní stárnutí a volný čas

*„Termín aktivní stárnutí byl přijat Světovou zdravotnickou organizací koncem devadesátých let. Tento pojem se netýká pouze zdraví a péče o zdraví, ale vytváří širší rámec, který vychází ze zásad Organizace spojených národů. Aktivní stárnutí lze shrnout pod následujícími termíny: nezávislost, účast na životě společnosti, důstojnost, péče a seberealizace.“* [Holczerová, Dvořáčková 2013: 23]. Žumárová ve své publikaci také zmiňuje, že by seniorům mělo být nabídnuto dostatek aktivit a stimulace, kterými posílí tělo i mysl. Je důležité, aby senior neztratil potřebnou vitalitu, chuť do života, trénoval mozek, pohyboval se na čerstvém vzduchu, měl aspoň nějakou možnost práce a pokud to zdraví seniora dovolí, tak aby se udržoval i po fyzické stránce [Žumárová 2012: 61].

Volný čas by měl přispívat i ke zdravému životnímu stylu a tím plnit i následující funkce:

- *„regenerační a zdravotně hygienická funkce*
- *vzdělávací a sebevzdělávací funkce (formativní)*
- *kompensační (relaxační funkce)*
- *socializační funkce“* [Žumárová 2012: 63].

Vzdělávací funkce je v seniorském věku neméně důležitá. Proto jsou také v některých českých univerzitních městech založeny tzv. Univerzity třetího věku, kde senioři mohou svoje znalosti prohlubovat. *„Hlavními cíli U3V (Univerzita třetího věku) je seznámit starší občany s vědeckými poznatky, prohloubit jejich sebepoznání, pomoci jim získat nadhled a tím ulehčit jejich přizpůsobování a orientaci ve stále se měnícím světě.*

*Potvrzuje se totiž, že vzdělávání a další vzdělání v průběhu dospělosti i v postproduktivním věku významně ovlivňuje kvalitu života ve stáří.*“ [Dvořáčková 2012: 31-32].

### **2.4.3 Rodinné vztahy v seniorském věku**

Rodinný život je pro každého jedince nesmírně důležitý. Především v seniorském věku jde také o udržení soběstačnosti v navyklém prostředí. Senioři by mnohdy vůbec nemohli existovat bez pomoci svých mladších rodinných příslušníků. Na začátku dvacátého století, ještě bylo zvykem, že děti, které si založily rodinu, se usazovaly v blízkosti svých rodičů a byly jim ve všem nápomocni [Pacovský, Heřmanová 1981: 236]. *„Současná rodina má přes všechny změny, jimiž v minulosti prošla, nadále důležité místo v centru rozšířené příbuzenské sítě.*“ [Pacovský, Heřmanová 1981: 236].

*„Další událostí, která poznamená rodinný život, je odchod dětí z domova. Manželé se náhle ocitají sami, pouze jeden s druhým. Musí nalézt nový způsob manželského života bez dětí. Tato změna může partnery sblížit, nebo naopak se v jejich vztahu objeví trhliny a usadí se prázdnota. Mluvíme o syndromu „prázdného hnízda“. Ztráta rodičovské role často bývá nahrazena novou rolí- rolí prarodičů.*“ [Dvořáčková 2012: 78]. Vztah prarodičů a vnoučat v rodině považuje Žumárová za velmi důležitý. *„Díky vnoučatům nabývají prarodiče pocitu, že mohou ostatním stále pomáhat a že jsou na světě užiteční. To je velmi důležité, neboť mnozí prarodiče se velmi těžce vyrovnávají s tím, že jim ubývají fyzické síly, objevují se*

*zdravotní obtíže a neslouží paměť.*“ [Žumárová 2012: 74]. Starý člověk hraje v rodině velmi významnou roli. Očekává, že se rodina o něj bude zajímat a on se bude zajímat o rodinu i ve vysokém věku. Důležitá je taky stránka materiální pomoci, kdy je klíčové, aby sami senioři porozuměli svému místu v rodině a uplatňovali se tak, aby to bylo prospěšné, jak pro ně, tak i pro ostatní [Pacovský, Heřmanová 1981: 237].

*„K nejtěžším životním zkouškám v životě staršího člověka patří ztráta životního partnera. Ovdovění může vést k pocitům opuštěnosti a osobní bezvýznamnosti.*“ [Dvořáčková 2012: 78].

### **3. Postup a výzkumné metody**

V další části této práce budu popisovat, v jakém prostředí a jak probíhalo dané šetření se seniory a také vyhodnocení kvalitativního výzkumu<sup>1</sup> na základě výzkumných otázek<sup>2</sup>.

#### **3.1 Cíl bakalářské práce**

Cílem této bakalářské práce je popsat, jak vnímají samotní senioři kvalitu života v městském prostředí. Jedná se především o zjištění určité míry spokojenosti s životními podmínkami v místě bydliště. Další stěžejní faktory pro zjišťování kvality života seniorů jsou jejich sociální vztahy, volnočasové aktivity, obstarávání denních potřeb, spokojenost s bydlením, místa setkávání a sousedské vztahy.

---

<sup>1</sup> Kvalitativní výzkum se provádí pomocí delšího a intenzivnějšího kontaktu s terénem nebo situací jedince či skupiny jedinců. Tyto situace jsou obvykle banální nebo normální, reflektující každodennost jedinců, skupin, společností nebo organizací [Hendl 2012: 49].

<sup>2</sup> Klademe si ústřední otázku a další specifické otázky. Co je zapotřebí zodpovědět, abychom dosáhli cíle? Přitom uvažujeme o omezení našich zdrojů. Čím jsou zdroje menší, tím skromněji by měly znít naše otázky [Hendl 2012: 143].

### **3.2 Výzkumné otázky**

Pro dané šetření jsem si stanovila čtyři výzkumné otázky. Tyto otázky budou sloužit jako stěžejní materiál k tomu, jak senioři subjektivně vnímají kvalitu života v městském prostředí.

1. Jak jsou senioři spokojeni s lokalitou, ve které žijí, s místními podmínkami pro každodenní život?
2. Jaký je denní režim seniorů? Jak tráví svůj volný čas? Jaké příležitosti pro volnočasové aktivity jim poskytuje místní lokalita?
3. Jaká je četnost a druh sociálních kontaktů, kde k nim dochází? Jakou roli hraje v životě seniora jeho rodina?
4. Jak senioři vnímají a hodnotí svůj život?

### **3.3 Výzkumná metoda a technika sběru dat**

K danému tématu, které se zabývá kvalitou života seniorů, jsem zvolila již zmiňovanou metodu kvalitativního výzkumu. Kvalitativní výzkum jsem zvolila z toho důvodu, protože je třeba delšího kontaktu s lidmi a prostředím, které chce tazatel zkoumat. Scénář pro dané šetření byl sestaven na základě výzkumných otázek. Data jsem zjišťovala pomocí polo-strukturovaného rozhovoru<sup>3</sup>, který je pro tento typ šetření nejvhodnější. Scénář a předem sestavené otázky jsou pro tento typ rozhovoru velmi důležité, jelikož tazatel má přehled nad zodpovězenými

---

<sup>3</sup> Polo-strukturovaný rozhovor označovaný také jako rozhovor pomocí návodu [Hendl 2012: 174].

otázkami a zároveň dává respondentovi prostor pro rozšíření daného tématu. Respondenty jsem vybírala od věkové kategorie 65 let a výše.

### **3.4 Cílová skupina a vzorek respondentů**

Jako cílovou skupinu pro bakalářskou práci jsem si vybrala seniory z Hradce Králové, konkrétně z městské části Nový Hradec Králové. Pro dané šetření jsem vybrala účelový výběr vzorku, a tedy respondenty jsem vybírala ve věkové hranici 65 let a výše z dané lokality. Vzorek se skládá z deseti dotazovaných, kdy každý z nich je v důchodovém věku. Aby vzorek byl adekvátní k prezentaci, volila jsem seniory nejen žijící samostatně v bytové jednotce či domě, ale i v páru či s jejich rodinnými příbuznými v jedné domácnosti.

### **3.5 Harmonogram prací a sběr dat**

Jak jsem již zmínila, rozhovory probíhaly pomocí předem připraveného scénáře, který byl sestaven z výzkumných otázek. Při vyhledávání vhodných respondentů pro dané šetření jsem se obracela na své známé, zda ve svém okolí nemají seniora, který by podstoupil anonymní výzkum k bakalářské práci. Respondenty jsem také oslovovala přímo na ulici, kde bylo hledání vhodných seniorů poměrně obtížnější. Po dosažení požadovaného počtu respondentů jsem osobně navštívila každého seniora a ve zkratce jsem přiblížila, o jakých tématech se budeme bavit a kdy bychom mohli rozhovor uskutečnit. Respondenti byli seznámeni s tím, že rozhovor bude nahráván na diktafon a jeho obsah bude zcela anonymní. Tyto

rozhovory následně probíhaly v měsíci únoru 2015. Po provedení šetření jsem nahrané rozhovory přepisovala do textového procesoru (Microsoft Word). Pro lepší a rychlejší přepisování jsem dané rozhovory nahrávala do programu, který mi umožnil zpomalit si rozhovor a ušetřil mi tak hodně času. Po přepsání jsem rozhovory kódovala podle předem sestavených výzkumných otázek, aby mi výzkum přinesl kýžené výsledky.

### **3.6 Průběh rozhovorů**

Právě výběr prostředí pro rozhovor je pro seniora velmi důležitý a tak jsem místo setkání nechala na jejich rozhodnutí. Je totiž důležité, aby se při rozhovoru respondent cítil příjemně a uvolněně. Po domluvě se seniory jsem se se všemi respondenty scházela u nich v bytové jednotce či domě. Čas pro většinu z nich nehrál roli a tak domluvení se na schůzce nám zabralo pár vteřin. Do šetření se zapojilo celkem deset respondentů, z toho šest žen a čtyři muži ve věku od 65 let do 85 let. U dvou případů jsem seniorům dokládala tazatelské pověření z Katedry sociologie, kvůli ověření výzkumu. Co se týká prostředí, tak to se opravdu vyplatilo. Na seniorech nebyl vidět náznak obavy, nejistoty či ostychu a rozhovory proběhly v přátelské a uvolněné atmosféře. Na začátku každého rozhovoru jsem zrekapitulovala hlavní body rozhovoru, aby senior předešel zbytečným obavám. Většina se snažila odpovědět na kladené otázky přímo, ale byli i tací, kteří často odbíhali od tématu. Po skončení rozhovoru byly i ze strany seniorů kladeny otázky, například k čemu přesně bude jejich výpověď a zda provedený rozhovor bude opravdu anonymní. Ujistila jsem je, že daný výzkum bude použit do mé závěrečné bakalářské práce a rozhovory nebudou zneužity. Délka rozhovoru u jednotlivých respondentů byla



rozdílná podle toho, jak danou otázku senior rozvedl. Průměrná délka každého rozhovoru se pohybovala kolem dvaceti až třiceti minut.

### 3.7 Identifikační znaky respondentů

Jak jsem již zmínila, šetření bylo prováděno s deseti respondenty. Vzorek se skládal z šesti žen a čtyř mužů. Pro lepší vyobrazení a přehlednost respondentů jsem sestavila dvě tabulky. První tabulka udává pohlaví respondentů, dále věk, rodinný stav, počet dětí a počet vnoučat v rodině.

**Tabulka č. 1: Základní identifikační údaje respondentů I.**

Jméno	Pohlaví	Věk	Rodinný stav	Počet dětí	Počet vnoučat
Dana	žena	65	vdova	2	2
Jarmila	žena	71	vdova	1	1
Zdeněk	muž	68	ženatý	2	1
Jitka	žena	67	rozvedená	1	0
Vladimír	muž	66	ženatý	2	2
Hana	žena	67	vdaná	2	4
Salomea	žena	85	vdova	2	2
Petr	muž	76	ženatý	1	2
Eva	žena	85	vdaná	1	0
Jan	muž	70	vdovec	2	4

Zdroj: Vlastní výzkumné šetření

V druhé tabulce je vyobrazeno respondentovo nejvyšší vzdělání, profese, kterou před odchodem do důchodů vykonával, dále jak se dotazovaný cítí po fyzické stránce, kolik lidí obývá jednu domácnost spolu se seniorem, dobu strávenou v důchodovém věku a na závěr, zda si v postproduktivním věku přivydělává.

**Tabulka č. 2: Základní identifikační údaje respondentů II.**

<b>Jméno</b>	<b>Nejvyšší dosažené vzdělání</b>	<b>Profese</b>	<b>Zdravotní stav</b>	<b>Počet lidí v domácnosti</b>	<b>Počet let v důchodovém věku</b>	<b>Přivýdělek v důchodovém věku</b>
Dana	vyučena bez maturity	veřejná správa	dobrý	1	5	ne
Jarmila	VŠ	lékař	dobrý	1	10	ano
Zdeněk	VŠ	designér	dobrý	2	10	ne
Jitka	SŠ s maturitou	zdravotní sestra	dobrý	1	5	ne
Vladimír	SŠ s maturitou	vozmistr	dobrý	2	9	ne
Hana	SŠ s maturitou	ekonomka	dobrý	2	4	ne
Salomea	základní	prodavačka	dobrý	1	30	ne
Petr	SŠ s maturitou	obchodní zástupce	dobrý	2	13	ano
Eva	SŠ s maturitou	zdravotní sestra	dobrý	2	22	ne
Jan	vyučen bez maturity	elektrikář	dobrý	1	10	ne

Zdroj: Vlastní výzkumné šetření

## **4. Výsledky**

V této kapitole bych ráda popsala a analyzovala jednotlivé respondenty, kteří se daného výzkumu zúčastnili. Na základě výzkumných otázek jsem zjišťovala míru spokojenosti s městskou lokalitou Nový Hradec Králové.

### **4.1 Charakteristika respondentů**

#### **Dana (65 let)**

Paní Dana byla mojí první respondentkou, která mi poskytla rozhovor a zároveň byla mou zprostředkovatelkou pro další potenciální respondenty. Dana se narodila v Broumově, kde ale dlouho nepobyla. Jako novorozeně se se svými rodiči přestěhovala do Hradce Králové. V městské části Nový Hradec Králové bydlí už kolem čtyřiceti let a považuje se za silného patriota Hradce Králové. Paní Dana vystudovala obor soustružnice, ale později pracovala ve veřejné správě. Už několik let je vdovou a žije sama v třípokojovém panelovém bytě, což ji po finanční stránce moc nepřidá. Její syn bydlí na východě republiky, takže se moc často nestýkají. Jediný, kdo je jí z rodiny na blízku je její bratr, který bydlí v Hradci Králové.

Paní Dana je pět let v důchodu a užívá si zaslouženého volna. Ve svém volném čase ráda sportuje, jezdí na kole, plave, chodí do kina a udržuje kontakty se svými dvěma nejbližšími přítelkyněmi, se kterými jezdí na dovolenou do zahraničí, ale i po České republice. Dana je aktivní i po

společenské stránce. Přiznává, že je ráda sama, ale nevyhýbá se kontaktu s určitým okruhem pro ni známých lidí.

Co se týká lokality, je Dana nadmíru spokojená. Jako malá vyrůstala v jiné městské části, v Orlické kotlině. Lokalita Nový Hradec pro ni znamená jakousi další etapu života po sňatku s jejím manželem. Tuto městskou část si podle jejich slov oblíbila a je tady velice spokojená. Jejím odreačováním byly a jsou procházky například k hvězdárně, nebo ráda chodí i do novohrádeckých lesů. Jediné, co v této lokalitě Dana postrádá je nějaké rychlé občerstvení, které by jí někdy zajistilo úlevu od vaření.

Pro Danu je v životě tím nejdůležitějším rodina a zdraví. Život ji mnohé naučil a tak největší radost jí momentálně dělá její vnučka Adriana.

### **Jarmila (71 let)**

Asi nejméně sdílňá ze všech respondentů byla paní Jarmila. Strohé, mnohdy i jednoslovné odpovědi mi o jejím životě, spokojenosti s lokalitou či jejich volnočasových aktivitách moc nevyprávěly. Paní Jarmila se narodila v Roudnici nad Labem a v městské části Nový Hradec Králové žije už čtyřicet let. I když je už deset let v důchodu, stále v jejich jednasedmdesáti letech pracuje na plný úvazek ve své ordinaci jako lékařka v oboru psychiatrie. Její povolání a zaměstnání ji nesmírně baví a naplňuje. Bydlí v panelovém domě, v nově zrekonstruovaném třípokojevém bytě, kde bydlí už několik let sama. Nejbližšího rodinného příslušníka, svoji dceru, má paní Jarmila až v Německu, kde bydlí se svoji rodinou. I přes velkou vzdálenost, která je odděluje, jezdí její dcera i s vnučkou jednou měsíčně na návštěvu na několik dní.

Ačkoliv je pracovně velmi vytížená, o víkendu či ve volném čase si zajede na svoji zahrádku, kterou má v Hradci Králové. Kulturní organizace jako divadlo a kino je pro paní Jarmilu také příjemné. Ve volných chvílích také ráda čte, maluje a čas si udělá i na svoje přátele. Vzdělávání v jejím věku není pro Jarmilu cizí, protože navštěvuje kurzy německého jazyka.

Co se týká rodinných či sousedských vztahů, tak ty má Jarmila velmi dobré. Prostředí Nového Hradce jí vyhovuje po všech stránkách. Nejvíce pak klid a blízkost přírody. Největší nevýhodu vidí ve vzdálenosti na zastávku městské hromadné dopravy, kvůli špatné pohyblivosti.

Tím nejdůležitějším je pro Jarmilu její rodina a práce, na kterou nedá dopustit. Paní Jarmila je se svým životem nadmíru spokojená a těší se z každého nového dne.

### **Zdeněk (68 let)**

Dalším respondentem byl pan Zdeněk. Zdeněk se narodil v Praze, kdy se v roce 1948 přestěhoval do Hradce Králové i se svými rodiči. Od roku 1974 bydlí na Novém Hradci Králové se svou manželkou. Pan Zdeněk je nyní už deset let v důchodu. Vystudoval vysokou školu na Slovenku, obor designér. Nyní bydlí ve dvoupokojovém bytě v panelovém domě, kde je často navštěvují i jejich dvě děti a vnouče.

Pan Zdeněk je s městskou částí Nového Hradce velmi spokojen. Pozitiva vidí jak v blízkosti přírody, tak i z hlediska služeb. Co se týká volného času, tak toho pan Zdeněk nemá nazbyt. Stará se o svoji těžce nemocnou manželkou, se kterou musí být prakticky čtyřicet hodin denně. Dříve Zdeněk rád lyžoval a než jeho manželka vážně a dlouhodobě onemocněla, jezdil na hory pravidelně. Nyní mu to čas nedovoluje, ale

nechtěl by na tento sport a zároveň jeho koníček zanevřít. Se svými dětmi se navštěvují obden a to hlavně kvůli zdravotnímu stavu Zdeňkovi manželky. Když se Zdeňkovi poštěstí a chvíli volna se přeci jen naskytne, rád chodí na procházky se svým psem a občas si zajde na pivo se svými kamarády. V této lokalitě rád chodí do místních lesů na Plachtu, kde také chodí venčit svého psa.

Vztahy se svými sousedy hodnotí pozitivně a tvrdí o nich, že jsou fajn. Pochvaluje si, jak si spolu rozumí.

Svůj život hodnotí negativně a tím nejdůležitějším pro Zdeňka je zdraví a rodina. Nejvíce se však obává zhoršení stavu jeho manželky, o kterou se denně stará.

### **Jitka (67 let)**

Paní Jitka je rodačkou města Hradce Králové a také od narození bydlí na Novém Hradci. Už pátým rokem si užívá zaslouženého volna v důchodu. Vychovala jednu dceru, se kterou bydlela ve dvougeneračním domě se zahradou. Nyní se její dcera přestěhovala do Prahy a do Hradce jezdí jen na víkendy. Kromě své dcery nemá ve své rodině nikoho, na koho by se mohla obrátit. Jitka vystudovala střední zdravotnickou školu a do doby, než odešla do důchodu, pracovala jako zdravotní sestra. Nyní je paní Jitka samoživitelka a o dům a zahradu se pečlivě stará.

Město Hradec Králové jako takové se jí jeví jako překrásné město. Navíc tato městská část podle paní Jitky nic nepostrádá a všechno, co potřebuje, si obstará v místě. Na místní procházky a túry do okolí Nového Hradce paní Jitka nemá čas. Všechnen volný čas, který lze trávit venku, věnuje své zahradě. Vlastní i chatu, kterou navštěvuje většinou jen o

víkendech. Jitka je ve svém věku velmi aktivní. Místo městské hromadné dopravy využívá raději jízdní kolo, pokud jí to počasí dovolí. Dříve také ráda hrála tenis nebo lyžovala. Teď jako sport provozuje již zmíněné projížďky na kole například na nedalekou rozhlednu Rozárka.

Co se týká sociálních vztahů, je paní Jitka velice otevřená. Ráda je ve společnosti blízkých lidí a není typ, co by vyhledával samotu. Aktivní stránku doplňuje i její zručnost a samostatnost. Vše co potřebuje, si obstará sama. Jen ve výjimečných případech požádá o pomoc svou dceru.

Paní Jitka je se svým životem spokojená, co všechno prožila a co se za jejího života stalo. Jen ji mrzí, jak rychle to uteklo. Tím nejdůležitějším je pro paní Jitku zdraví a momentálně největší radost ji dělá její dcera.

### **Vladimír (66 let)**

Pátým respondentem byl pan Vladimír. Pan Vladimír se narodil ve městě Vrchlabí, na které má dodnes krásné a nezapomenutelné vzpomínky. V roce 1972 se přestěhoval se svoji nynější manželkou do Hradce Králové a o tři roky později se usadili v lokalitě Nový Hradec Králové. Pro pana Vladimíra jsou tyto dvě města nesrovnatelná. Obě to jsou krásná města, která mají specifické znaky a nedají se srovnat. Vladimír je nyní devátým rokem v důchodu. Vystudoval střední průmyslovou školu a pracoval jako vozmistr. S manželkou žijí v panelovém domě v třípokojevém bytě, který je vybavený podle jejich představ. Kromě bytu mají také chalupu, na kterou jezdí převážně na víkendy.

Co se týká rodiny, má pan Vladimír poměrně širokou rodinu oproti předešlým respondentům. Má dva syny a dvě vnoučata, se kterými se vidá často, protože je někdy přes týden hlídá. Jeho bratr bydlí ve Špindlerově

Mlýně a v Trutnově jeho sestra. Se sourozenci se stýká pan Vladimír méně, než se svými dětmi a vnoučaty. Všichni se většinou schází na jeho chatě v Podkrkonoší.

Odpověď na otázku, zda je spokojen s touto městskou částí, ve které žije, byla jednoznačná: „*Tady tato část se mi líbí, jinde bych opravdu nechtěl bydlet.*“ Co by ale rád v této lokalitě uvítal, jsou místa k odpočinku při vycházce do přírody. Podle jeho slov chybí lavičky a třeba i malý parčík, kde by si mohli lidé sednout. Sám rád ve svém volném čase chodí na procházky a při cestě není mnoho míst k odpočinku. Mezi jeho koníčky, kterých už kvůli své zaneprázdněnosti moc nemá, patří kolo. Rád se projede směrem na Hradečnici a nebo na Rozárku.

Co se týká sociálních vztahů, tak ty panu Vladimírovi nejsou cizí. Se svými sousedy vychází dobře a navzájem se navštěvují. Rád je ve společnosti svých blízkých, ale příliš široký kolektiv lidí Vladimírovi nevyhovuje. Se svými přáteli také chodí jednou, dvakrát za rok posedět do hospůdky.

Pan Vladimír je se svým životem nadmíru spokojený, dosáhl svých cílů a nejdůležitější je pro něj v životě zdraví a spokojenost.

### **Hana (67 let)**

Další seniorkou je paní Hana, která byla velmi milá a ochotná poskytnout mi rozhovor k mé bakalářské práci. Paní Hana se narodila v malém městě u České Lípy, které se jmenuje Mimoň. Na Nový Hradec Králové se přestěhovala se svým manželem v roce 1975. Hana vystudovala střední ekonomickou školu a do svého odchodu do důchodu pracovala jako ekonomka. Paní Hana je již čtvrtým rokem v důchodu. Nyní bydlí



s manželem v panelovém domě ve třípokojovém bytě, který si postupem času zrekonstruovali a jsou se svým bydlením spokojeni. Paní Hana má dva syny a čtyři vnoučata. Se svou rodinou se schází často, protože téměř pravidelně doprovází svá vnoučata ze školy a školky a poměrně často se také se svými syny navštěvují. Jeden z nich bydlí také na Novém Hradci a druhý bydlí v malé vesnici kousek od Hradce Králové.

S lokalitou Nového Hradce je nadmíru spokojená, kladnou stránku vidí hlavně v množství zeleně. Pochvaluje si také služby města, které se o danou městskou část pravidelně stará. Jedinou stinnou stránku vidí v tom, že město do této městské části nastěhovalo poměrně dost méně přizpůsobivých občanů, tedy Romskou menšinu. Díky tomuto faktoru se paní Hana necítí zrovna na Novém Hradci bezpečně.

Všechn svůj volný čas věnuje svým vnoučatům. Když je zrovna nedoprovází ze školy nebo školky, tak zastává roli kreativní babičky, se kterou vyrábí dekorace z modelíny nebo krepového papíru. Paní Hana je velmi zručná a baví ji šít věci pro svá vnoučata. Proto také do centra města jezdí převážně jen kvůli galanterii, ve které nakupuje potřebné věci na šití. Mezi její koníčky patří doučování češtiny z hlediska pravopisu, kterou podle svých slov velmi dobře ovládá.

Paní Hana je velmi otevřený a přátelský člověk. Proto si také dobře rozumí se svými sousedy a blízkými přáteli.

Paní Hana je podle svého mínění optimista a proto také svůj život hodnotí pozitivně. Nejdůležitější je pro ni v životě rodina a vnoučata, nejvíce se však obává politické situace.

### **Salomea (85 let)**

Jedna ze dvou nejstarších respondentek byla paní Salomea. Její silný životní příběh byl pro mě nejemotivnějším ze všech prováděných rozhovorů. Paní Salomea se narodila v městě Volyni, kdy za dob druhé světové války patřila tato část Polska, nyní je pod státní správou Ukrajiny. Tato část byla obsazována převážně Čechy. V osmi letech začala chodit do polské školy, kde se následně rok poté začala učit ruský a ukrajinský jazyk. Tatínek pocházel z Československa a maminka z Polska. V roce 1974 se přestěhovala do Brna, kde žila do roku 2000 a na Novém Hradci žije už patnáct let. Paní Salomea vychovala dvě dcery, jedna bydlí v Německu a druhá právě na Novém Hradci. Druhá dcera, se kterou bydlela v Brně se o paní Salomeu starala a kvůli pracovní příležitosti, která se její dceři naskytl, se přestěhovali do Hradce Králové.

Paní Salomea se těší z přízně velké a semknuté rodiny, jelikož je dvojnásobnou babičkou a pětinasobnou prababičkou. Vztahy s rodinou má více než ukázkové. Vzájemné návštěvy jsou téměř na denním pořádku. Její nejvyšší dosažené vzdělání je základní a pracovala jako prodavačka. V důchodovém věku je již třicátým rokem. Bydlení má moderně zařízené a v panelové garsoniére ji naprosto vyhovuje. Už několik let je vdovou, ale nijak se před okolím neuzavírá. Je velmi přátelská, se svými sousedy nemá problémy a dobře si s nimi rozumí. Ráda chodí se svou kamarádkou na procházky do okolí.

Paní Salomea je s touto lokalitou spokojená a podle jejich slov, je pro ni v tomto věku výhodnější bydlet na okraji města. Jediným záporným článkem je pro ni nedostatek laviček a míst k odpočinku, při delší procházce do přírody. Jako relaxační zónu by paní Salomea uvítala menší parčík. Jejím největším koníčkem je četba knih, na které nedá dopustit.

Nejvíce svého volného času tráví se svými vnoučaty a pravnoučaty a především o víkendech je se svou dcerou, která bydlí na Novém Hradci. Často s nimi podniká i výlety do okolí.

Paní Salomea je se svým životem spokojena a nejvíce vzpomíná na svého manžela. Tím nejdůležitějším je pro Salomeu rodina a zdraví. Největší radostí jsou pro ni pravnoučata.

### **Petr (76 let)**

Pan Petr se narodil v Hradci Králové a do městské části Nový Hradec se přestěhoval před čtyřiceti jedna lety. Petr vystudoval střední průmyslovou školu a pracoval jako obchodní zástupce. Třináctým rokem je v důchodu a přivydělává si jako správce panelového domu, ve kterém bydlí se svou manželkou. Třípokojevý byt, ve kterém žijí, je vybaven a zrekonstruován podle jejich představ. Se svoji manželkou vlastní i chalupu, která se nachází u Litomyšle. Chalupu navštěvují převážně v sezonním období, kdy rád pracuje na zahradě. Petr vychoval jednu dceru, která nyní bydlí v Praze a navštěvují se jen párkrát do roka. V Hradci Králové bydlí i jeho sestra, se kterou se stýká poměrně častěji.

Město Hradec Králové vidí jako jedno z nejkrásnějších měst a považuje se za tvrdého patriota. S městskou částí Nového Hradce je pan Petr spokojen. Jediné, co mu na této lokalitě vadí, je zrušení jednoho autobusového spoje městské hromadné dopravy, který spojoval Nový Hradec s centrem města a končil až na Slezském předměstí.

Ve svém volnu rád chodí na pravidelné procházky a také se rád dívá na televizi. Jakožto správce má se svými sousedy přátelský vztah, ale

zároveň se snaží, aby se v domě udržovala čistota a pořádek. Rád se svými přáteli také zajde na pivo do místní hospůdky.

Pan Petr je se svým životem spokojený a hodnotí ho relativně dobře. Nejdůležitější je pro Petra zdraví a v dnešní době se obává politické situace.

### **Eva (85 let)**

Druhou nejstarší respondentkou je paní Eva. Eva se narodila na Ulrichově náměstí v Hradci Králové. V osmi letech se s rodiči přestěhovala do nedalekých Pardubic, kde bydlela čtyřicet dva let. Paní Eva je dvakrát vdaná a s nynějším manželem, kvůli kterému se opět vrátila do Hradce Králové, bydlí už třicet čtyři let. Bydlí spolu v třípokojovém bytě v panelovém domě, který je zařízený podle jejich představ a možností. Vystudovala střední zdravotnickou školu a pracovala jako zdravotní sestra. Paní Eva má jednoho syna, který žije v Pardubicích. Se svým synem se stýkají přibližně jednou za měsíc. Už dvacátým druhým rokem si užívá zaslouženého volna v důchodu.

Hradec Králové byl pro paní Evu až na druhém místě. Vždy upřednostňovala Pardubice, protože své mládí prožila právě tam. Postupem času se adaptovala na městské prostředí Nového Hradce a je s ním spokojena. Nic tu paní Evě nechybí a vše, co potřebuje má v blízkosti svého domu. Jediné, co v této lokalitě postrádá je určitá relaxační zóna, parčík.

Paní Eva ve svém volném čase ráda chodí na procházky, zejména k Lesnímu hřbitovu, ke Zvoničce, nebo kolem hvězdárny. Zajímá se také o kulturní dění města, hlavně o různé výstavy a trhy. Se svým manželem mají také nedaleko do Hradce Králové chalupu, kterou rádi navštěvují především o víkendech. Za dobu, kterou tady paní Eva strávila, zná své sousedy

dokonale. Pravidelně se stýká jen s její dlouhodobou přítelkyní, která bydlí o dvě patra výše.

Paní Eva svůj život nehodnotí příliš pozitivně. Hlavní příčinou jsou určité životní události, které paní Evu postihly. Důležité je pro Evu zdraví a ráda by se od svého syna dočkala vnoučete.

### **Jan (70 let)**

Posledním respondentem, který se ochotně zúčastnil výzkumu, byl pan Jan. Pan Jan se narodil na jihu Čech, konkrétně v Českých Budějovicích, odkud se přestěhoval do Hradce Králové kvůli své manželce. Na Novém Hradci žije už dvacet osm let. Jan žije ve dvoupokojovém bytě v panelovém domě, kde od minulého roku bydlí sám. Byt má zařízený moderně a podle svých představ. Vyučil se elektrikářem a do svého důchodu se této profesi věnoval. Pan Jan vychoval dvě děti, Annu a Adélu, které má se svou první manželkou a je také čtyřnásobným dědečkem. Velká část jeho rodiny bydlí právě v jižních Čechách, kam moc často kvůli velké vzdálenosti nejedí. Nejbližší to má ke své nejstarší dceři Anně, která se přestěhovala do Prahy a navštěvují se alespoň jednou do měsíce.

Pan Jan už je desátým rokem v důchodu a svého volna si patřičně užívá. Ve volném čase rád čte, luští křížovky a rád chodí na procházky. Se svými sousedy nemá žádné problémy. Je přátelský a rád se seznamuje s novými lidmi. Rád je ve společnosti svých přátel, se kterými se stýká často.

Panu Janovi se město Hradec Králové jako takové velice líbí, ale neustále jej srovnává s rodnými Českými Budějovicemi. I s městskou částí Nového Hradce je také spokojen, hlavně díky přírodě a přátelům, které si za

roky strávené v této lokalitě našel. Pan Jan zde v této městské části nevidí žádnou složku, kterou by negativně ohodnotil. Jan hodnotí svůj život jako určitou zkoušku, kterou podle svého mínění prošel. Nejdůležitější je pro něj rodina a zdraví. V současné době mu nejvíce dělají radost jeho dcery a vnoučata.

## 4.2 Spokojenost s lokalitou a místními podmínkami

Ne nadarmo se Hradci Králové přezdívá „Salon republiky“. Každé město nedisponuje tak velkou mírou zeleně, jak v centru města, tak v okrajových městských lokalitách jako Hradec Králové. Jednou z těchto lokalit je i Nový Hradec Králové. Při zpracování tohoto výzkumu jsem pečlivě lokalitu prozkoumala a zjišťovala případné nedostatky této městské části. Pro seniory, jakožto moji cílovou skupinu tohoto výzkumu, je podle mého názoru tato lokalita přínosná, ale i vhodná pro život. Nejen z hlediska poskytovaných služeb, dostupnosti obchodů a blízkého zdravotního střediska, ale i četností městské hromadné dopravy, která spojuje okrajovou část s centrem. Neméně důležitá je v jejich období života již zmiňovaná zeleň a příroda, na kterou si senioři potrpí.

Než jsem se jednotlivých respondentů začala ptát konkrétněji na lokalitu Nového Hradce Králové, zajímalo mě především, jak vidí město Hradec Králové jako takové. Všichni dotazovaní odpověděli kladně jako například pan Petr (76 let): „*Jo, líbí. Je to jedno z nejkrásnějších měst.*“ I paní Dana (65 let) uvádí, že Hradec Králové je pro ni srdeční záležitostí: „*Jsem patriot na Hradec.*“

Ovšem ne všichni to takto krátce a výstižně shrnuli, jako pan Petr či paní Dana. Například Paní Hana, která byla při rozhovoru velice sdílná a otevřená, mi nabídla jinou stránku pohledu na ono město a to z hlediska porovnání s jiným městem. Hana (67 let): *„Je to krásné město, jako po architektonický stránce, je to krásný město. Ovšem po společenské stránce je to velká vesnice a na rozdíl od Pardubic, které po architektonické stránce jsou hrozný, ale po společenské stránce na ně Hradec nemá. Tam to žije, kdežto tady je prostě mrtvo. V devět hodin večer prostě pomalu aby se člověk bál vyrazit, nemyslím tady na sídlišti, ale i v centru. Je to tady takový prostě... a i na to, že se tady lidi strašně znají, asi to bude tím, že tady odsud se lidi moc nestěhují, že se tady nemění, takže se tady znají, prostě už třeba kolik generací. Tady mně to připadá, že se buď všichni znají přímo, nebo mají společný příbuzný, nebo mají společný známý, takže abyste se bála něco říct, protože vy víte, že se mu to donese. Nemůžete toho člověka ani podrbat, protože nevíte, jestli se to tomu člověku nedonese.“*

Co se týká konkrétní městské části Nový Hradec Králové a spokojenosti s ní ze seniorského pohledu, tak někteří dotazovaní si tuto část pamatují, jako zřídka obydlenu část města, která se po sedmdesátých letech začala rozrůstat a utvářet do dnešní podoby, jako pan Petr a paní Hana. Petr (76 let) říká: *„Teď je to tady dobrý, ale když jsme se sem nastěhovali, tak tu nebyly chodníky, nic. Naproti byl papundeklovej barák, to byla samoobsluha, takže jo, teďka je to tady hezký.“* Paní Hana (67 let) má na věc podobný názor: *„Je pro mě maximálně významná, protože tady vlastně bydlíme od toho roku 1975, kdy jsme tady dostali byt, takže v tom původním bytě bydlíme pořád, takže už jsme si tady tak zvykli. Tady je to taky i hezký. Dříve tu byla taková prašná pláň, kde si chudáci naše děti hrály, ale teď je paráda, jak jim to spravili a děti mají nové hřiště.“*

S městskou částí jsou senioři spokojeni. Všichni dotazovaní jsou rádi, že bydlí v této lokalitě a většina z nich rovnou zdůraznila, jak by se jim v jiné části nebydlelo tak, jako tady. Mají téměř vše, co potřebují k dispozici. Každé pro, má i své proti a proto mě zajímalo, co by na této lokalitě rádi pozměnili, nebo co jim vadí. Například paní Dana (65 let) odpověděla: *„Určitě by se mi tady líbil takovej rychlej bufet. Když bych třeba nestíhala, přijela z města a tam si dala bramborák nebo polívku, prostě něco takovýho rychlýho. Pořád se dělají hospody, proč se neudělá rychlý občerstvení. Tak to je asi tak jediný, co mi tady chybí.“* Pan Vladimír (66 let) zde vidí nedostatek především z pohledu služeb: *„...ale horší to je například, když byste si chtěla nechat spravit boty, tak musíte až do centra, tady na Novým nic není. Hlavně ty řemeslný služby, těch tady je málo, ale to tady ani nikdy nebylo.“* Paní Jarmila (71 let), která stále pracuje na plný úvazek a k dojíždění do zaměstnání používá auto, vidí nedostatek ve vzdálenosti zastávek městské hromadné dopravy: *„Dost daleko je pro mě stanice autobusu nebo trolejbusu městský dopravy, ale do práce se dopravuju autem.“*

K určité městské části patří také již zmíněná zeleň. V seniorském věku lidé vyhledávají odpočinkové neboli relaxační zóny, aby si při delší vycházce mohli po cestě odpočinout. Jak důležitá je tato oblast pro vzorek respondentů, je poměrně předvídatelné. Téměř polovině respondentů v této lokalitě chybí parčíky či vyhrazená místa s lavičkami pro odpočinek, jako například paní Salomea (85 let), která tuto problematiku komentuje takto: *„Parčíky tady chybí. Když jdeme s kamarádkou na tu procházku, tak hledáme, kde si můžeme sednout. Chodily jsme každéj den, než se nám narodily ty prťata malý.“* Stejného názoru je i paní Eva (85 let), která by v této lokalitě ráda uvítala: *„Jak už jsem říkala, mně tady chybí nějakéj pro*



*nás starý parčík s lavičkama, kde bychom třeba odpoledne si mohli jít sednout. Bud' si popovídat, nebo si vzít knížku a trochu jako si v tý zeleni číst. Tady já mám ten balkon, kde odpoledne mi svítí sluníčko, takže tam není vůbec možný si jít sednout nebo v mezipodlaží, jak jsou ty balkony, tam je zase ruch, koukáte na silnici. Bylo by hezký, kdyby tady bylo nějaký zázemí s pár lavičkama, abychom si tam mohli sednout.“*

### **4.3 Volnočasové aktivity seniorů**

V postproduktivním věku má většina seniorů, pokud nepracují na stálý pracovní úvazek nebo si jen brigádně nepřivydělávají, dostatek času na provozování svých koníčků, zálib, vzdělávání či uskutečňování jiných volnočasových aktivit, na které při vykonávání svých profesí neměli tolik času. Tato životní změna jim nabízí prostor pro případnou seberealizaci a uvědomění si vstup do nové etapy života. A právě většina seniorů se formuje například do role prarodičů. Tato výzkumná otázka mě dovedla ke zjištění toho, jakým způsobem senioři vyplňují svůj volný čas a jaké příležitosti pro volnočasové vyžití jim poskytuje tato městská část Nový Hradec Králové. Z mého pohledu je tato lokalita vhodná pro nenáročné seniory, kteří mají rádi přírodu a ve volném čase využívají aktivity, které je samotné naplňují.

Začnu-li tím, do jaké míry vnímají změnu svého režimu mezi všedním dnem a víkendem, tak většina dotazovaných odpověděla, že už takovou věc nerozlišují. Například pan Vladimír (66 let) říká: „*Jestli to je všední den nebo ne, to je jedno. Když jsem dělal dřív na směny, tak jsem na*

*to byl zvyklej. Snažíme se spíš hlídat ty vnoučata a nějak se přizpůsobit dětem, aby mohli chodit do práce, jinak nám to je jedno.“ Stejný názor zastává i paní Dana (65 let), pro kterou nejsou víkendy ničím ojedinělým: „Tak my víkendy nemáme. Všechny dny jsou pro nás víkendy. Vstávám kolem sedmý, půl osmý, normální běžná hygiena, když večer nestihnu nějaký seriál, tak se na něj podívám dopoledne. Ráda se dívám na odpolední romantický filmy a potom, když mám domluvený nějaký ty schůzky, tak vyřizuju to.“ Někteří respondenti mají víkendy převážně spojené s rodinou, jako paní Salomea (85 let): „O víkendu jsem většinou na obědě u dcery, takže jdeme potom na procházky s malejma, ale když dcera se zetěm jedou na nějaký výlet nebo něco, tak mě všude berou s sebou.“*

Co se týká volnočasových aktivit a jejich zálib a koníčků, tak zde je poměrně široká nabídka aktivit, které senioři provozují. Například paní Eva (85 let) říká: *„Koniček to snad ani nebyl, ale měli jsme tu dobrý přátele, kteří bydleli na Slezským předměstí, bývalí Pardubáci, on byl lékař, takže jsme se každý týden scházeli na kafičku, měnili jsme různý cukrárničky nebo kavárničky. A jinak, když jsou nějaký výstavy, tak se jdeme podívat nebo nějaký ty trhy.“* Paní Jitka (67 let) zase raději pracuje na zahradě: *„No, dřív jsem hrála tenis, to jsem pak musela opustit. Lyžovala jsem, ale toho jsem taky nechala a teď už mám jenom tu práci na zahradě.“* Paní Hana (67 let), která je velmi aktivní, ráda šije pro svá vnoučata: *„No, tak to záleží na tom, jestli máme na starosti vnoučata nebo ne. Když máme na starosti vnoučata, tak je to daný, to tady prostě máme výstavku výrobků, co udělali z modelíny. Když tady nejsou, tak zase něco dělám, teď jsem šila holce bundu nebo šiju na panenky, takže tady tím se teď zabývám.“*

Lokalita Nového Hradce je pro volnočasové aktivity přímo vybízející. Především mě zajímaly typy a názory, kde tyto aktivity senioři mohou vykonávat. Paní Jitka (67 let) na tuto otázku říká: „*Mám, jezdím docela často na kole na Rozárku, odkud je krásný výhled na celý Hradec Králové.*“ Paní Eva (85 let) je podobného názoru jako Jitka a říká: „*Jo, tady je toho dost. Chodíme rádi na ty procházky k té Rozárce třeba nebo ke hvězdárně a tak.*“ Ne všichni si ve svém volnu užívají městských krás a všichni svůj čas věnují vnoučatům. Paní Hana (67 let) říká: „*Hodně mě zaměstnávají vnoučata a to šití, takže potom už mi na jiný věci nezbyvá čas.*“ I pan Vladimír (66 let) je téměř denně zaměstnáván svými vnoučaty a odpovídá: „*To mám, ale jak říkám, zaměstnávají mě vnoučata, takže si sem tam zajedu na to kolo za Plachtu, ale jinak není kdy.*“

K volnému času patří i kolektivní aktivity, které mnohdy senioři preferují raději a jsou tím více vtahováni do dění sociálních vztahů. Jsou lidé, kteří rádi chodí do společnosti a rádi své přátele často navštěvují. Malá část respondentů uvedla, že by chodili s určitou pravidelností a velkým počtem přátel do společnosti. Standardní situace, je pro pana Vladimíra (66 let) následující: „*Kolektiv jsou pro mě tak čtyři lidi, když už jich je pak šest nebo víc, tak už to nemám rád, takový ty hromadný akce. To bylo zamlada, teď mám rád klid a pohodu a hlavně přátele, se kterými si člověk rozumí.*“ Paní Dana (65 let) je ráda sama, ale žádné zábrany proti svým známým nemá, jak uvádí: „*Já jsem ráda sama, to je pravda, ale vůbec se nevyhýbám tomu, že máme takovej okruh známých, kde chodíme do cukrárny a tam si posedíme. Není to omezený časem, není to omezený tím, že tam musíme chodit, buď tam někdo přijde, nebo nepřijde nebo si tam dáme dvojku vína nebo pivo, na co máte chuť. Posedíte, pokecáte a jdete domů.*“ Pan Zdeněk (68 let) bere jako kolektivní volnočasovou aktivitu návštěvu svých dětí,

kteřé bydlí na Novém Hradci Králové a uvádí: „*Ted', když někam jdeme, tak jdeme za dcerou, která má barák tady na Novým Hradci a syn bydlí tady naproti v paneláku, takže i tam občas chodíme.*“ To paní Jitka (67 let) je opakem paní Dany (65 let). Dana (65 let) je ráda sama, ale nebrání se styku se společnostmi a svými přáteli, kdežto Jitka (67 let) ráda chodí do společnosti a není ráda sama: „*Ne, jsem ráda ve společnosti, když se sejdeme, to mám ráda. Nejsem člověk, kterež by byl rád sám.*“

#### **4.4 Sociální kontakty a rodina**

Většina seniorů v tomto věku lpí především na své rodině a přátelích. Vytváření sociálních kontaktů je nezbytné i v seniorském věku a právě přátelé jsou mnohdy jedinými blízkými, na které se senior může obrátit.

Co se týká četnosti a druhu sociálních kontaktů, zaměřila jsem se především na sousedské vztahy, zda senioři mají v lokalitě Nový Hradec Králové přátele, kde se s nimi schází a dále jaké mají vztahy s rodinnými příslušníky, které jsou v tomto období tak důležité.

Sousedské vztahy jsou pro každého velmi důležité. V seniorském věku je toto téma, o to více citlivější. Všichni dotazovaní respondenti mají se svými sousedy dobré a přátelské vztahy. Ani jeden z respondentů nenaznačil nesoulad mezi svými sousedy. Jako například pan Vladimír (66 let), který tvrdí: „*Nemám potíže s jediným sousedem tady a s převážnou částí vycházíme. Není problém, abych k někomu šel nebo on přišel sem.*“

*Jedny máme tady v baráku, naše děti jsou stejně starý, takže spolu chodily do školy tady naproti. Nejvíc asi s těma Bláhovejma no.*“ Pan Petr (76 let), který si v důchodovém věku přivydělává jako správce panelového domu a tudíž velmi dobře zná svoje sousedy, o nich říká: *„Znám je až moc dobře a řekl bych, že s nima skoro dobře vycházím. Nejsou to vztahy vyhrocený. Prakticky s tou Danou, jsme tady čtyřicet roků, tak její manžel chodil každé týden na inspekci, ale jinak dobrý. Nechci akorát, aby byl v baráku nepořádek a čurbes. Tak to je jak na vojně, trošku s některýma lidma.*“ Snad jediný Pan Zdeněk (68 let), který se stará o svou těžce nemocnou manželku, je na denní návštěvy sousedů a přátel zvyklý. Zdeněk (68 let): *„Znám je všechny a moc dobře. Vycházím s nimi v pohodě. No tak teďka momentálně je furt někdo u nás, protože jak je manželka nemocná, ty holky, který tady zná, jsou taky důchodkyně, takže každé den je u nás slezina. Mně to vyhovuje, protože když tam má svoje lidi, tak není vzteklá, jak bývají nemocní lidi, takže denně čtyři ženský tam seděj celý dopoledne.*“

Dále mě zajímaly vztahy, které mají senioři přímo v městské části Nový Hradec Králové. Především přátele a místa, kde se se svými blízkými setkávají. Ze všech dotazovaných respondentů se našli i tací, kteří se se svými přáteli nestýkají. Paní Hana (67 let) odpovídá: *„Ne, jinak ne. Scházím se jen se svými bývalými kolegy s práce.*“ To paní Jitka (67 let) styky se svými přáteli omezila: *„Ne, teď už málo. Dřív to bylo lepší. Když jsem byla mladší, tak to bylo úplně jiný. Jedni mají obrovský hospodářství, takže jsou tam málo v tý vile. Když přijedou, tak se spolu pobavíme a vedle bydlí rozvedená paní s dvěma dětma a ta má roztroušenou sklerózu a ta je taková zvláštní, takže se akorát pozdravíme a to je všechno.*“ Co se týká zbylých respondentů, tak těm přátelé nechybí. Paní Eva (85 let) se svými známými ráda jezdí na dovolenou: *„Se svými přáteli, to jsou švagr se*

*švagrovou, manželova sestra, tak určitě jednou za měsíc. V zimě si jdeme někam sednout nebo jdeme k nim. Oni bydlí ve Farářství, nebo si jdeme taky na to kafíčko nebo přijdou sem. Máme přátele, kteří jsou teda ode mě věkově o čtvrt století. Máme, že rádi cestujeme. Každý rok s nima vyrážíme na desetidenní dovolenou k moři a oni berou svou snachu s dvěma dětma a snášíme se velice dobře i s těmi dětmi.“ To Pan Jan (70 let) se svým přátelům věnuje naplno a pokaždé se schází na jiném místě: „Mám tu hodně známých a kamarádů. Scházíme se obden vždycky někde jinde. Bud' u někoho doma, nebo jedeme do města na pivo, nebo jdeme na procházku a tak. Pořád něco vymejšíme.“ I paní Salomea (85 let) je ráda v přítomnosti svých blízkých: „S blízkými se stýkáme velmi často, všichni dohromady, celá rodina. Za přátele považuju jenom tu moji dlouholetou kamarádku z Brna a tady vedle tu paní Štichovou. Pokud je to možný, tak se stýkáme. Chodíme spolu na procházky.“*

Co se týká rodinných vztahů, tak ne všichni respondenti mají velkou a širokou rodinu. Jelikož toto téma je z mého pohledu citlivé, překvapivě někteří respondenti byli otevření a nebáli se mě zasvětit do jejich soukromí. Našlo se i pár respondentů, kteří vypověděli, že jejich děti také bydlí na Novém Hradci. Pan Zdeněk (68 let) říká: „Jinak mám dvě děti, kluk bydlí naproti mně v paneláku a holka ta je v baráku, tady na Novým. Navštěvují nás obden kvůli manželce, když je nemocná.“ Paní Salomea (85 let) má v této městské části svoji dceru a snad nejvíce rozšířenou a semknutou rodinu ze všech respondentů. Salomea (85 let): „Vychovala jsem dvě dcery, jedna je v Německu a ta druhá bydlí tady na Novým Hradci. Mám vnuka a vnučku. Vnučka má tři děti a vnuk má dvě, takže jsem pětinasobná prababička. Mám širokou a velmi semknutou rodinu. Před dcerou nemůžu ani slůvkem se zmínit, že bych něco chtěla. Okamžitě bych to měla na stole

*a stýkáme se velmi často.*“ Opačné stanovisko má paní Jitka (67): *„Už nemám velkou rodinu, ne. Už mám jenom dceru. Takže bydlím s dcerou v domě.“* Důležitá je také pro seniory pravidelnost, se kterou se se svými dětmi a vnoučaty stýkají. Většina respondentů, kteří mají možnost se často stýkat se svou rodinou a vidět svá vnoučata, tuto možnost berou zodpovědně. Například pan Vladimír (66 let) odpovídá: *„Se synama jak o víkendu, tak v týdnu, protože když jim hlídáme děti, tak si pro ně choděj nebo jim je zavezu domů. Jinak se sourozencema spíš o víkendu, když jedeme na tu chalupu.“* To paní Eva (85 let) ještě na své vnouče netrpělivě čeká a odpovídá: *„Navštěvujeme se tak navzájem. Jednou přijede on, pak zase já, ale spíš za ním jezdím já. Jak bydlí sám v těch Pardubicích, tak ho jezdím kontrolovat. Jinak za těch pět, šest týdnů sem do Hradce přijede.“*

#### **4.5 Zhodnocení života**

Každý má alespoň nepatrnou představu o tom, jak by měl vypadat jeho život, mít za svůj život určité cíle, plány do budoucna a vědět, co je pro něj tím nejdůležitějším. V seniorském věku je toto zhodnocení života jakýmsi obrazem člověka.

V závěrečné výzkumné otázce jsem se zaměřila na jejich život, jak by ho svými slovy ohodnotili, zda v životě dosáhli toho, co si předem určili a co jim v současné době dělá radost. Respondenti byli sdílní a otevření.

Nadpoloviční většina respondentů byla a je se svým životem spokojená. Pan Vladimír (66 let) byl spokojen především ze svých kariérních úspěchů, kterých za svého života dosáhl. Vladimír (66 let): „*Já jsem se svým životem spokojenej. Já co jsem chtěl, toho jsem dosáhl. S tím mým vzděláním jsem to dotáhl do těch vyšších pater. Dělal jsem to, co mě bavilo a musel jsem tomu věnovat taky spoustu času, hodně se učit, abych to zvládnul, protože když se máte starat o sto lidí, tak musíte umět ekonomiku a všechno. Byl jsem zařazenej do programu na Pedagogické fakultě v Praze, kde nás učili základy jednání s lidma. Bylo to strašně těžký a složitý, ale bavilo mě to. Jezdili jsme tam každéj týden o víkendu, pak z toho byly zkoušky a když jste pak uspěl tak jsem z toho měl radost. Mám svůj život naplněnej a teď to beru jako nadstandard, že už si jenom užívám. Nic mě nehoní, nic mě nežene, takže jsem teďka spokojenej.*“ Paní Hana (67 let) tento pohled na věc vidí z širšího hlediska a říká: „*Jsem optimista, takže to vidím pozitivně. Samozřejmě je několik věcí, které bych udělala jinak nebo líp nebo vůbec, ale stalo se stalo a nemá smysl se tím zabývat a jede se dál.*“ Paní Salomea (85 let), která to za svého života neměla nijak jednoduché, vzpomíná především na svého druhého manžela: „*Dosáhla jsem svých cílů, které jsem si dala. Byla jsem dvakrát vdaná. Čtrnáct roků trval můj život s druhým manželem a to bylo něco, o čem se každému jen snívá. Takový krásný život si nedokážete představit, jaký jsem s ním zažila. To jediný mě drží úplně nad vodou a všechny vzpomínky patří jen jemu.*“ Malá část respondentů vidí svůj život jako negativní a strastiplný. Paní Eva (85 let) odpovídá: „*Nějaká negace tam byla, třeba když syn emigroval, tak jsem měla s STB problémy, aby muže kvůli tomu nevyhodili z práce, protože to nebyl jeho pravej otec. Prožívala jsem hodně takovej stres. V mládí mi mamka umřela to mi bylo pětadvacet, měla jsem malý dítě, otec mi zemřel, když jsem byla zrovna na dovolené v Chorvatsku. Pak ten rozvod, to taky nebylo nic příjemnýho, pak ta synova emigrace, takže nic hezkýho.*“



Z dosažených cílů měla většina respondentů dobrý pocit. V tomto věku také záleží na tom, co jim přináší štěstí a radost. Očekávala jsem, že největší radost bude seniorům dělat jejich rodina, čili děti a vnoučata. Necelá polovina respondentů tuto možnost zmínila. Naskytly se zde také odpovědi, například od pana Zdeňka (68 let): *„Když si vsadím a vyhraju ve Sportce. Když jdu pro důchod, tak na poště utratím za los.“* Někteří se radují z každého nového dne, jako paní Eva (85 let): *„Raduju se z toho, že si večer lehnu, vezmu si prášek na spaní a řeknu si, tak snad po něm usnu, ale pak mám takovej ten rauš, že já vstanu a dostanu na něco chuť. Takže já si jdu něco zobnout a ráno vstávám, svítí sluníčko, jsem šťastná, uvaříme si dobrou oběd a půjdeme se odpoledne projít.“*

## **Závěr**

Tato bakalářská práce je zaměřena na zjištění kvality života určité cílové skupiny jedinců. Šlo o zjištění čistě subjektivního vnímání. Cílovou skupinou jsou senioři ve věku od 65- 85 let, kteří žijí v městské části Nový Hradec Králové.

Stanovený cíl práce je dosažen díky předem sestaveným výzkumným otázkám, které jsou stěžejním bodem tohoto výzkumu. První výzkumná otázka: „Jak jsou senioři spokojeni s lokalitou, ve které žijí, s místními podmínkami pro každodenní život?“ Tato výzkumná otázka utvrdila předpoklady o tom, jak senioři budou vypovídat nejenom o městské části Nový Hradec Králové, ale i o městu jako celku. Všichni respondenti jsou s městem a městskou částí spokojeni. Nedokázali by si život mimo tuto oblast představit. Převážná část dotazovaných vidí nedostatky v relaxačních a odpočinkových zónách, například v nedostatku parků a laviček, a dále také někteří vidí určité mezery i v oblasti služeb.

Další otázka zněla: „Jaký je denní režim seniorů? Jak tráví svůj volný čas? Jaké příležitosti pro volnočasové aktivity jim poskytuje místní lokalita?“ Tato výzkumná otázka mě dovedla k závěru, že většina respondentů nerozlišuje všední den od víkendů. Senioři také volí a vybírají z široké škály volnočasových aktivit, které provozují v lokalitě Nový Hradec Králové. Nadpoloviční většina respondentů ve svém volném čase ráda jezdí na kole, navštěvuje své blízké, nebo chodí na vycházky.

„Jaká je četnost a druh sociálních kontaktů? Kde k nim dochází? Jakou roli hraje v životě seniora jeho rodina?“ Tato výzkumná otázka potvrdila přívětivost a společenskost seniorů. Se svými sousedy mají dobré vztahy na přátelské úrovni. V lokalitě Nový Hradec Králové mají dostatek

přátel, se kterými se někteří respondenti tak často nenavštěvují. Co se týká rodinných vztahů, tak ty jsou ve větší míře kladné. Rádi svoje děti a vnoučata navštěvují.

Poslední otázka zněla: „Jak senioři vnímají a hodnotí svůj život?“ Tato výzkumná otázka se vyznačovala rozporuplnými odpověďmi. Ne všichni respondenti hodnotili svůj život pozitivně, což bylo předvídatelné. Diferenciace jednotlivých ohodnocení byla mnohdy velmi široká. Emotivní a zásadní události se promítly do jejich životů a podepsaly se pod negativní stránku jejich pohledu na život. A co vlastně seniorům dělá největší radost? Pro necelou polovinu respondentů je rodina na prvním místě.

Jelikož výzkum byl proveden jen s deseti respondenty, daná problematika by se měla dále zkoumat z pohledu kvantitativního, kdy by dané šetření přineslo širší množství poznatků a pohledů na danou lokalitu Nový Hradec Králové.

## Seznam použité literatury

### Literatura:

*Aktivní stárnutí a mezigenerační solidarita v Hradci Králové.* 2013. Hradec Králové: Statutární město Hradec Králové.

Duffková, J., L. Urban, J. Dubský. 2008. *Sociologie životního stylu.* Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.

Dvořáčková, D. 2012. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory.* Praha: Grada.

Haškovcová, H. 2010. *Fenomén stáří.* Praha: Havlíček Brain Team.

Haškovcová, H. 2012. *Sociální gerontologie, aneb, Senioři mezi námi.* Praha: Galén.

Heřmanová, E. 2012. *Koncepty, teorie a měření kvality života.* Praha: Sociologické nakladatelství.

Hendl, J. 2012. *Kvalitativní výzkum.* Praha: Portál.

Holczerová, V., D. Dvořáčková. 2013. *Volnočasové aktivity pro seniory.* Praha: Grada Publishing, a.s.

Hrabovská, P. 2006. *Kvalita života seniorů.* Brno: Masarykova Univerzita. Diplomová práce.

Kozáková, Z., O. Müller. 2006. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku.* Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

Ondrušová, J. 2011. *Stáří a smysl života.* Praha: Karolinum.

Ouředníček, M., J. Temelová (eds.). 2012. *Sociální proměny pražských čtvrtí*. Praha: Academia.

Pacovský, V., H. Heřmanová. 1981. *Gerontologie*. Praha: Avicenum.

Sak, P., K. Kolesárová. 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada.

Schmeidler, K. a kol. 2009. *Problémy mobility stárnoucí populace*. Brno: Novpress.

Sýkorová, D., O. Chytil (eds.). 2004. *Autonomie ve stáří: strategie jejího zachování*. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity v Ostravě.

Vaňurová, H., P. Mühlpachr. 2005. *Kvalita života*. Brno: Masarykova Univerzita.

Žumárová, M. 2012. *Subjektivní pohoda a kvalita života seniorů*. Prešov: Akcent print.

### **Články:**

Sýkorová, D. 2012. „*Stáří lidé ve městě. Na okraj velikého tématu.*“ Sociologický časopis Vol. 48. No. 1: 111.

## **Seznam příloh**

**Příloha č. 1:** Scénář rozhovoru

**Příloha č. 2:** Ukázka rozhovoru

**Příloha č. 3:** Kódovaný rozhovor

## **Příloha č. 1: Scénář rozhovoru**

Dobrý den, jmenuji se Veronika Šipková a jsem studentkou Filozofické fakulty, oboru Sociologie na Univerzitě v Hradci Králové. Tématem mé závěrečné bakalářské práce je zjištění kvality života seniorů v lokalitě Nový Hradec Králové. Za Vaši spolupráci na tomto výzkumu Vám předem děkuji. Rozhovor na toto téma bude zcela anonymní, zveřejněno bude jen Vaše jméno a věk. Rozhovor bude nahráván na diktafon a poté detailně přepsán ke zpracování.

### **Otázky:**

**ID znaky: Jméno:**

**Věk:**

**Rodinný stav:**

**Počet dětí:**

**Počet vnoučat:**

**Nejvyšší dosažené vzdělání:**

**Profese:**

**Zdravotní stav:**

**Počet lidí v domácnosti:**

**Počet let v důchodovém věku:**

**Přivýdělek v důchodovém věku:**

## 1) Spokojenost s lokalitou, s místními podmínkami pro každodenní život

- Jak dlouho už tady na Novém Hradci žijete?
- Odkud pocházíte? (*Pokud senior odpoví, že se nenarodil v Hradci Králové*)
- Bydlel/a jste dříve ve městě nebo na vesnici?
- Líbí se Vám město Hradec Králové jako takové?
- Jste spokojen/a s městskou částí, ve které žijete?
- Co se vám zde líbí, popř. nelíbí, je něco, co byste v této lokalitě změnil/a?
- Postrádáte něco v této lokalitě (obchody, odpočinkové zóny s lavičkami, místa na setkávání s přáteli, možnosti kulturního vyžití ...)?
- Má tato městská část podle Vás dostatek zeleně a relaxačních zón?
- Kam rád/a chodíte v této městské části na vycházky, kde se setkáváte (mimo byt) s přáteli?
- Není pro Vás přes den lokalita příliš rušná?
- Cítíte se v této lokalitě bezpečně?
- Není pro Vás lokalita příliš daleko od centra? Je dobré autobusové spojení s centrem?
- Kvůli jakým aktivitám jezdíte např. do centra HK, popř. do jiných městských částí?
- Jste spokojen/a s bytem a bytovými podmínkami?



## 2) Denní režim, aktivity, koníčky

- Jak vypadá Váš všední den?
- Liší se nějakým výrazným způsobem všední den od víkendu?
- Máte koníčky, které provozujete pravidelně?
- Jaké to jsou?
- Preferujete při výběru trávení volného času spíše kolektivní aktivity s přáteli nebo si raději uděláte chvíli sám/a pro sebe?
- Je něco, čemu byste se rád/a věnovala a nemůžete (proč)?
- Snažíte se něco dělat pro své zdraví (cvičíte, zdravě jíte)?
- Máte dostatek možností provozovat volnočasové aktivity právě v místě bydliště, v lokalitě Nový Hradec Králové (jaké a kde)?

## 3) Sociální kontakty, sousedé, přátelé, rodina

- Znáte své sousedy, jak s nimi vycházíte?
- Máte v místě bydliště nějaké přátele, jak často a kde se scházíte (máte nějaké oblíbené místo přímo ve zdejší lokalitě), jaké aktivity spolu provozujete?
- Jak velká je Vaše rodina?
- Bydlí Vaše rodina daleko?
- Jak často (denně/ týdně/ měsíčně/ ročně) se s rodinou či příbuznými stýkáte?
- A co vnoučata?
- Jezdí rodinní příslušníci za Vámi, či Vy za nimi, jak často (*pokud spolu nebydlí*)?
- Pokud potřebujete pomoci, na koho se obrátíte (na sousedy, přátele, či někoho z rodiny)?

- Vídáte se s rodinou spíše v pracovní dny nebo o víkendu?
- Jak často se na ně obracíte a s čím Vám nejčastěji pomáhají?
- Cítíte se zde někdy osamělý?

#### **4) Životní priority a cíle, míra spokojenosti, životní radosti a starosti**

- Hodnotíte svůj život pozitivně nebo negativně?
- Co bylo a je pro Vás v životě tím nejdůležitějším?
- Dosáhl/a jste v životě svých cílů a máte z toho dobrý pocit?
- Máte nějaké plány?
- Je v současné době něco, co Vám dělá radost?
- Čeho se naopak v současné době obáváte a co Vám dělá starosti?

## **Příloha č. 2: Ukázka rozhovoru**

### **Respondent pan Vladimír**

Věk: 66 let

Rodinný stav: ženatý

Počet dětí: 2

Počet vnoučat: 2

Nejvyšší dosažené vzdělání: SŠ s maturitou

Profese: vozmistr

Zdravotní stav: dobrý

Počet lidí v domácnosti: 2

Počet let v důchodovém věku: 9 let

Přivýdělek v důchodovém věku: ne

**Ráda bych se Vás zeptala, jak dlouho v Hradci Králové žijete, popřípadě kde jste se narodil?**

*„Já jsem se narodil ve Vrchlabí a sem jsem se příženil v červnu 1972. Vrchlabí je město, pro Vaše přiblížení, je to poslední město před Špindlem a má zhruba tak třicet pět tisíc obyvatel. Když jsem se tam narodil, tak to bylo dřív okresní město, to byl okres Trutnov, Vrchlabí a Semily.“*

### **Bydlel jste dříve ve městě nebo na vesnici?**

*„Jak už jsem řekl, narodil jsem se ve Vrchlabí, což je město s třiceti pěti tisíci obyvateli.“*

### **Když porovnáte Vrchlabí a Hradec Králové...**

*„To jsou dvě věci, které se nedají porovnat. Obě jsou to krásná města, který se vyznačují něčím jiným. Vrchlabí je horský město a spíš založený takovým tím německým stylem, protože to byly Sudety, tam to byl samej Němec a Hradec, to je něco jiného. Dříve se mu říkalo salón republiky, ale dneska už to není pravda, ale pořád se to nedá porovnat.“*

### **Líbí se Vám město Hradec Králové jako takové?**

*„Líbí se mi tady moc. Je to krásný město.“*

### **Jste spokojen s městskou částí, ve které žijete?**

*„Tady tato část se mi líbí, jinde bych opravdu nechtěl bydlet.“*

### **Co se vám zde líbí, popř. nelíbí, je něco, co byste v této lokalitě změnil?**

*„Já si myslím, že tady máme dobré obchodní síť. Jsou tady markety, těch malých krámu je tady taky dost, na Benešovku to není daleko, ale horší to je například, když byste si chtěla nechat spravit boty, tak musíte až do centra, tady na Novým nic není. Hlavně ty řemeslný služby, těch tady je málo, ale to tady ani nikdy nebylo. Sem na Nový Hradec jsme se přistěhovaly v roce 1975 a bydleli jsme nejdříve, říkalo se tomu Lhota Pod strání a tak vím, že tady nic nebylo. Bylo tady pár baráčeků, fotbalový hřiště a byla tady, kde bydlím teď, taková pláň, tady nic nebylo. Teď je to samej barák, ale ty služby tu nebyly. Ale teď je to všechno dostupné, vemte si, kolik tady teď jezdí autobusů, trolejbusů, takže když chcete, tak se do toho města dostanete za chvilku, takže jsem spokojenej.“*

**Postrádáte něco v této lokalitě (obchody, odpočinkové zóny s lavičkami, místa na setkávání s přáteli, možnosti kulturního vyžití ...)?**

*„Určitě mi tady chybí místa na odpočinek. Nějaký lavičky, kde bysme si mohli sednout a odpočinout, když jdeme na procházku.“*

**A má tady tato městská část podle Vás dostatek zeleně, relaxačních zón, míst na odpočinek?**

*„Zeleně je tady dost, když se podíváte tady směrem na Rozárku, tady jsou místa, kde je krásná zeleň, ale není to uzpůsobeno pro odpočinek. Můžete tam jenom chodit a chci věřit tomu, že teď se tady bojuje a běhá po internetu, že by chtěli udělat něco na té Rozárce, tam, kde byla dřív sjezdovka a teď tam chtějí budovat nějaký takový centrum. Mělo by to být v roce 2016 hotový a tam by tady ty služby měly být. Tím by se to tady podstatně hodně zlepšilo. Jinak tady, když půjdete takhle zadem do Třebše, tak tam je to pěkně udělaný, jsou tam lavičky, je tam asfaltka a tak tam ty starý lidi můžou chodit, hlavně tam choděj s malejma dětma. Můžou tam jezdit na těch odstrkovadlech a tak podobně.“*

**Kam rád chodíte v této městské části na vycházky, kde se setkáváte (mimo byt) s přáteli?**

*„Jo, jak jsme doma, tak chodíme, no. Nic jinýho nám nezbyde, než jít ven. Já nejradši jezdím na kole, tady na tu Hradečnici a ve všední den je to tam paráda, je tam těch lidí míň a tam je to pro ten Hradec velice dobrý no. Moc se s kamarádama nestýkám, hodně času mi zaberou vnoučata.“*

### **Není pro Vás tady tato lokalita příliš hlučná, když tady vedle vede hlavní silnice?**

*„Vy to tady nepamatujete, ale když tady postavili tady ten barák, tak tu byly dřevěný okna a to teda byla hrůza. Všude hrozně táhlo. V tomhle baráku jsme si plastový okna nechali udělat první my, protože byly okna rozpadlý a tím se ten byt zkvalitnil. Ted', když se ten barák předloni zateplil, tak už tady není nic slyšet. Dřív, to tady na jaře, když začaly kvákat žáby, jste měla okna zavřený a nemohla jste ani spát, co se tady dělo a jak to tady rachotilo. Dneska už je to dobrý, já jsem spokojenej.“*

### **Co se týká bezpečnosti, jak se tady cítíte?**

*„Nějaké slečny nebo dámy by tu mohly mít strach. V některých částech je to dost nebezpečný, ale policajta tady nevidíte. Aby městská policie tady občas prošla to je ani nenapadne. Je to dnes a denně, jsou tady porušovaný předpisy. Třeba tady u nás je zákaz vjezdu a tady všude auta, dívím se, že se ještě nikomu nic nestalo. Většinou to jsou podnikatelé, kdo sem takhle jezdí. Nejradši by vjeli až do baráku. Jako, že bychom tu byli nějak přímo ohrožovaní to ne, to bylo jednou, když sem do baráku vzltnul nějakej pobuda a vyděrači za ním, prorazili sklo, tak se tady střílelo, ale to bylo jednou a to byli lidi, kteří s tímto barákem neměli nic společnýho. Jinak soužití s lidma tady z toho vchodu je velmi dobrý. Není tady žádněj votrapa, kterej by obtěžoval někoho, to ne. Jádro těch lidí je tady stejný od toho roku 1975, jak se tom sem stěhovalo. Máme tu štěstí na sousedy.“*

### **Není pro Vás lokalita příliš daleko od centra? Je dobré autobusové spojení s centrem?**

*„Není, spojení je tu dobrý a když něco potřebuju tak si vezmu auto a zajedu autem do centra.“*

**Kvůli jakým aktivitám jezdíte např. do centra HK, popř. do jiných městských částí?**

*„Když potřebuju něco spravit, tak se to snažím udělat doma, ale dneska už je taková doba, že se ani boty dvakrát opravovat nedávaj. Dneska je všeho dostatek, dřív to tak nebylo. Jinak moc do centra nejezdím. Mám tady na Novým všechno co potřebuju.“*

**Jste spokojen s bytem a bytovými podmínkami?**

*„Jsem. S manželkou jsme si to trošku spravili a žije se nám tu dobře. Máme tu chalupu, takže se tak staráme o dvě domácnosti.“*

**Když se Vás zeptám na volný čas. Jak vypadá Váš všední den?**

*„Ráno vstanu, pustím si počítač, najím se, něco udělám na počítači, něco si přečtu, pak dojdu nakoupit. Odpoledne jdu někam ven, ke známým pokecat třeba a tak.“*

**Liší se nějakým způsobem Váš všední den od víkendu?**

*„Ne, to už u mě nemá žádný význam. Jestli to je všední den nebo ne, to je jedno. Když jsem dělal dřív na směny, tak jsem na to byl zvyklej. Snažíme se spíš hlídat ty vnoučata a nějak se přizpůsobit dětem, aby mohli chodit do práce, jinak nám to je jedno.“*

**Máte nějaké koníčky, které provozujete pravidelně?**

*„Nějakýho velkýho koně už takhle nemám, ale rád si pojezdím na kole, to je takovej můj koníček.“*

**Když při výběru trávení volného času vybíráte nějaké aktivity, preferujete spíše kolektivní nebo jste raději sám?**

*„Kolektiv jsou pro mě tak čtyři lidi, když už jich je pak šest nebo víc, tak už to nemám rád, takový ty hromadný akce. To bylo zamlada, teď mám rád klid a pohodu a hlavně přátele, se kterými si člověk rozumí.“*

**Je něco, čemu byste se rád věnoval a nemůžete (proč)?**

*„Asi ani ne. Na kole jezdím a na jiné aktivity nemám čas, protože mi hodně času zabírají vnoučata.“*

**Snažíte se něco dělat pro své zdraví (cvičíte, zdravě jíte)?**

*„Jezdím občas na tom kole, jinak nic.“*

**Máte dostatek možností provozovat volnočasové aktivity právě v místě bydliště, v lokalitě Nový Hradec Králové (jaké a kde)?**

*„To mám, ale jak říkám, zaměstnávají mě vnoučata, takže si sem tam zajedu na to kolo za Plachtu, ale jinak není kdy.“*

**Znáte své sousedy, jak s nimi vycházíte?**

*„Nemám potíže s jediným sousedem tady a s převážnou částí vycházíme. Není problém, abych k někomu šel nebo on přišel sem. Jedny máme tady v baráku, naše děti jsou stejně starý, takže spolu chodily do školy tady naproti. Nejvíce asi s těma Bláhovejma no.“*

**Máte v místě bydliště nějaké přátele, jak často a kde se scházíte (máte nějaké oblíbené místo přímo ve zdejší lokalitě), jaké aktivity spolu provozujete?**

*„Jo, jo, taky, chodíme jednou, dvakrát za rok někam do hospody si sednout, nebo se tady sejdeme u nás. Jinak žádný společný aktivity spolu“*



*nemáme. Snad hlavně to chalupaření. Něco uděláte, něco vypěstujete, pořád něco. Mám takovýho koníčka, že bych pořád něco sázel, něco pěstoval a radost mi dělá, když mi ze semínka něco vzejde a pak to třeba můžu někomu dát.“*

### **Jak velkou máte rodinu?**

*„Máme dva syny a dvě vnoučata. Já mám ještě sestru a brácha a žena má dva bráchy. Ještě mám tetu, to je od mého otce sestra.“*

### **Bydlí Vaše rodina daleko?**

*„Žena ta to má tady v Hradci všechno a já to mám v Trutnově a ve Špindlu.“*

### **Jak často (denně/ týdně/ měsíčně/ ročně) se s rodinou či příbuznými stýkáte?**

*„Tak s bráchou a sestrou se vidíme míň, než s dětma.“*

### **A co vnoučata?**

*„Vnoučata jsou úžasný. Dělají mi radost. Jsem s nima skoro pořád a jsem za to rád. Je to takový naše důchodecký zpestření.“*

### **Jezdí rodinní příslušníci za Vámi, či Vy za nimi, jak často?**

*„Jo, to jo. Když jedu na chalupu nebo jedeme zpátky, tak se stavuju v Trutnově u sestry a občas tam je i brácha a tak se scházíme, no. Přijedou k nám na chatu, tam pokecáme. Brácha má taky pro sebe baráček chatově zařízenej. Scházíme se všichni dohromady i s mladejma.“*

**Pokud potřebujete pomoci, na koho se obrátíte (na sousedy, přátele, či někoho z rodiny)?**

*„Co my vlastně potřebujeme si koupíme tady v těch malých krámech. Když bychom potřebovali opravdu nějakou velkou nákup, tak vezmu auto a dojedu do Kauflandu, to už je jedno, kamkoliv. Není to problém. A pokud potřebuju pomoci s nějakou technikou nebo něco tak řeknu synům.“*

**Vídáte se s rodinou spíše v pracovní dny nebo o víkendu?**

*„Se synama jak o víkendu, tak v týdnu, protože když jim hlídáme děti, tak si pro ně choděj nebo jim je zavezu domů. Jinak se sourozencema spíš o víkendu, když jedeme na tu chalupu.“*

**Jak často se na ně obracíte a s čím Vám nejčastěji pomáhají?**

*„Nějak často ne, jenom když potřebuju něco zapeklitýho vyřešit nebo si nevím s něčím rady.“*

**Cítíte se zde někdy osamělý?**

*„Ne, vůbec. Když tady bydlíme dva a choděj nám sem ty vnoučata, tak vůbec.“*

**Jak byste na závěr zhodnotil svůj život? Pozitivně nebo negativně?**

*„Já jsem se svým životem spokojenej. Já co jsem chtěl, toho jsem dosáhl. S tím mým vzděláním jsem to dotáhl do těch vyšších pater. Dělal jsem to, co mě bavilo a musel jsem tomu věnovat taky spoustu času, hodně se učit, abych to zvládnul, protože když se máte starat o sto lidí, tak musíte umět ekonomiku a všechno. Byl jsem zařazenej do programu na Pedagogické fakultě v Praze, kde nás učili základy jednání s lidma. Bylo to strašně těžký a složitý, ale bavilo mě to. Jezdili jsme tam každou týden o víkendu, pak z toho byly zkoušky a když jste pak uspěl tak jsem z toho měl radost. Mám*

*svůj život naplněnej a teď to беру jako nadstandard, že už si jenom užívám. Nic mě nehoní, nic mě nežene, takže jsem teďka spokojenej.“*

**Co bylo a je z Vašeho pohledu pro Vás v životě tím nejdůležitějším?**

*„Zdraví a pak spokojenost. Když nejste zdravá, tak Vám nejsou nic platný peníze.“*

**Máte před sebou ještě nějaký cíl, kterého byste rád dosáhl?**

*„Já už toho moc nemůžu dosahovat v tady těch letech. Mám spíš cíl, aby ty vnoučata moje vystudovaly.“*

**Máte nějaké plány?**

*„Já už snad žádný plány ani nemám.“*

**Dělá Vám v současné době něco radost, kromě vnoučat?**

*„Dělá mi radost, když se něco povede, něco postavěj pěknýho.“*

**Obáváte se v současnosti něčeho? Je něco, co Vám dělá starosti?**

*„Nejvíc se bojím toho, když jezdím autem, aby mě nějakej trouba sfetovanej někde nesrazil. Takhle bych teda nechtěl skončit.“*

### **Příloha č. 3: Kódovaný rozhovor**

#### **Výzkumné otázky:**

- 1) Jak jsou senioři spokojeni s lokalitou, ve které žijí, s místními podmínkami pro každodenní život?
- 2) Jaký je denní režim seniorů? Jak tráví svůj volný čas? Jaké příležitosti pro volnočasové aktivity jim poskytuje místní lokalita?
- 3) Jaká je četnost a druh sociálních kontaktů, kde k nim dochází? Jakou roli hraje v životě seniora jeho rodina?
- 4) Jak senioři vnímají a hodnotí svůj život?

#### **Otázky:**

**Ráda bych se Vás zeptala, jak dlouho v Hradci Králové žijete, popřípadě kde jste se narodil?**

*„Já jsem se narodil ve Vrchlabí a sem jsem se přišel v červnu 1972. Vrchlabí je město, pro Vaše přiblížení je to poslední město před Špindlem a má zhruba tak třicet pět tisíc obyvatel. Když jsem se tam narodil, tak to bylo dřív okresní město, to byl okres Trutnov, Vrchlabí a Semily.“*

**Bydlel jste dříve ve městě nebo na vesnici?**

*„Jak už jsem řekl, narodil jsem se ve Vrchlabí, což je město s třiceti pěti tisíci obyvateli.“*

### **Když porovnáte Vrchlabí a Hradec Králové...**

*„To jsou dvě věci, které se nedají porovnat. Obě jsou to krásná města, který se vyznačují něčím jiným. Vrchlabí je horské město a spíš založené takovým tím německým stylem, protože to byly Sudety, tam to byl samej Němec a Hradec to je něco jiného. Dříve se mu říkalo salón republiky, ale dneska už to není pravda, ale pořád se to nedá porovnat.“*

### **Líbí se Vám město Hradec Králové jako takové?**

*„Líbí se mi tady moc. Je to krásné město.“*

### **Jste spokojen s městskou částí, ve které žijete?**

*„Tady tato část se mi líbí, jinde bych opravdu nechtěl bydlet.“*

### **Co se vám zde líbí, popř. nelíbí, je něco, co byste v této lokalitě změnil?**

*„Já si myslím, že tady máme dobré obchodní síť. Jsou tady markety, těch malých krámu je tady taky dost, na Benešovku to není daleko, ale horší to je například, když byste si chtěla nechat spravit boty, tak musíte až do centra, tady na Novým nic není. Hlavně ty řemeslné služby, těch tady je málo, ale to tady ani nikdy nebylo. Sem na Nový Hradec jsme se přistěhovaly v roce 1975 a bydleli jsme nejdříve, říkalo se tomu Lhota Pod strání a tak vím, že tady nic nebylo. Bylo tady pár baráčeků, fotbalový hřiště a byla tady, kde bydlím teď, taková pláň, tady nic nebylo. Teď je to samej barák, ale ty služby tu nebyly. Ale teď je to všechno dostupné, vemte si, kolik tady teď jezdí autobusů, trolejbusů, takže když chcete, tak se do toho města dostanete za chvíli, takže jsem spokojenej.“*

**Postrádáte něco v této lokalitě (obchody, odpočinkové zóny s lavičkami, místa na setkávání s přáteli, možnosti kulturního vyžití ...)?**

*„Určitě mi tady chybí místa na odpočinek. Nějaký lavičky, kde bysme si mohli sednout a odpočinout, když jdeme na procházku.“*

**A má tady tato městská část podle Vás dostatek zeleně, relaxačních zón, míst na odpočinek?**

*„Zeleně je tady dost, když se podíváte tady směrem na Rozárku, tady jsou místa, kde je krásná zeleň, ale není to uzpůsobeno pro odpočinek. Můžete tam jenom chodit a chci věřit tomu, že teď se tady bojuje a běhá po internetu, že by chtěli udělat něco na té Rozárce, tam, kde byla dřív sjezdovka a teď tam chtějí budovat nějaký takový centrum. Mělo by to být v roce 2016 hotový a tam by tady ty služby měly být. Tím by se to tady podstatně hodně zlepšilo. Jinak tady, když půjdete takhle zadem do Třebše, tak tam je to pěkně udělaný, jsou tam lavičky, je tam asfaltka a tak tam ty starý lidi můžou chodit, hlavně tam choděj s malejma dětma. Můžou tam jezdit na těch odstrkovadlech a tak podobně.“*

**Kam rád chodíte v této městské části na vycházky, kde se setkáváte (mimo byt) s přáteli?**

*„Jo, jak jsme doma, tak chodíme, no. Nic jinýho nám nezbyde, než jít ven. Já nejradši jezdím na kole, tady na tu Hradečnici a ve všední den je to tam paráda, je tam těch lidí míň a tam je to pro ten Hradec velice dobrý no. Moc se s kamarádama nestýkám, hodně času mi zaberou vnoučata.“*

**Není pro Vás tady tato lokalita příliš hlučná, když tady vedle vede hlavní silnice?**

*„Vy to tady nepamatujete, ale když tady postavili tady ten barák, tak tu byly dřevěný okna a to teda byla hrůza. Všude hrozně táhlo. V tomhle baráku jsme si plastový okna nechali udělat první my, protože byly okna rozpadlý a tím se ten byt zkvalitnil. Teď, když se ten barák předloni zateplil, tak už tady není nic slyšet. Dřív, to tady na jaře, když začaly kvákat žáby, jste měla okna zavřeny a nemohla jste ani spát, co se tady dělo a jak to tady rachotilo. Dneska už je to dobrý, já jsem spokojenej.“*

**Co se týká bezpečnosti, jak se tady cítíte?**

*„Nějaké slečny nebo dámy by tu mohly mít strach. V některých částech je to dost nebezpečný, ale policajta tady nevidíte. Aby městská policie tady občas prošla, to je ani nenapadne. Je to dnes a denně, jsou tady porušovaný předpisy. Třeba tady u nás je zákaz vjezdu a tady všude auta, dívím se, že se ještě nikomu nic nestalo. Většinou to jsou podnikatelé, kdo sem takhle jezdí. Nejradši by vjeli až do baráku. Jako, že bychom tu byli nějak přímo ohrožovaní to ne, to bylo jednou, když sem do baráku vlihnul nějaký pobuda a vyděrači za ním, prorazili sklo, tak se tady střílelo, ale to bylo jednou a to byli lidi, kteří s tímto barákem neměli nic společnýho. Jinak soužití s lidma tady z toho vchodu je velmi dobrý. Není tady žádný votrapa, kterej by obtěžoval někoho, to ne. Jádro těch lidí je tady stejný od toho roku 1975, jak se tom sem stěhovalo. Máme tu štěstí na sousedy.“*

**Není pro Vás lokalita příliš daleko od centra? Je dobré autobusové spojení s centrem?**

*„Není, spojení je tu dobrý a když něco potřebuju tak si vezmu auto a zajedu autem do centra.“*

**Kvůli jakým aktivitám jezdíte např. do centra HK, popř. do jiných městských částí?**

*„Když potřebuju něco spravit, tak se to snažím udělat doma, ale dneska už je taková doba, že se ani boty dvakrát opravovat nedávaj. Dneska je všeho dostatek, dřív to tak nebylo. Jinak moc do centra nejezdím. Mám tady na Novým všechno co potřebuju.“*

**Jste spokojen s bytem a bytovými podmínkami?**

*„Jsem. S manželkou jsme si to trošku spravili a žije se nám tu dobře. Máme tu chalupu, takže se tak staráme o dvě domácnosti.“*

**Když se Vás zeptám na volný čas. Jak vypadá Váš všední den?**

*„Ráno vstanu, pustím si počítač, najím se, něco udělám na počítači, něco si přečtu, pak dojdu nakoupit. Odpoledne jdu někam ven, ke známým pokecat třeba a tak.“*

**Liší se nějakým způsobem Váš všední den od víkendu?**

*„Ne, to už u mě nemá žádný význam. Jestli to je všední den nebo ne, to je jedno. Když jsem dělal dřív na směny, tak jsem na to byl zvyklej. Snažíme se spíš hlídat ty vnoučata a nějak se přizpůsobit dětem, aby mohli chodit do práce, jinak nám to je jedno.“*

**Máte nějaké koníčky, které provozujete pravidelně?**

*„Nějakýho velkýho koně už takhle nemám, ale rád si pojezdím na kole, to je takovej můj koníček.“*

**Když při výběru trávení volného času vybíráte nějaké aktivity, preferujete spíše kolektivní nebo jste raději sám?**



*„Kolektiv jsou pro mě tak čtyři lidi, když už jich je pak šest nebo víc, tak už to nemám rád, takový ty hromadný akce. To bylo zamlada, teď mám rád klid a pohodu a hlavně přátele, se kterými si člověk rozumí.“*

**Je něco, čemu byste se rád věnoval a nemůžete (proč)?**

*„Asi ani ne. Na kole jezdím a na jiný aktivity nemám čas, protože mi hodně času zaberou vnoučata.“*

**Snažíte se něco dělat pro své zdraví (cvičíte, zdravě jíte)?**

*„Jezdím občas na tom kole, jinak nic.“*

**Máte dostatek možností provozovat volnočasové aktivity právě v místě bydliště, v lokalitě Nový Hradec Králové (jaké a kde)?**

*„To mám, ale jak říkám, zaměstnávají mě vnoučata, takže si sem tam zajedu na to kolo za Plachtu, ale jinak není kdy.“*

**Znáte své sousedy, jak s nimi vycházíte?**

*„Nemám potíže s jediným sousedem tady a s převážnou částí vycházíme. Není problém, abych k někomu šel nebo on přišel sem. Jedny máme tady v baráku, naše děti jsou stejně starý, takže spolu chodily do školy tady naproti. Nejvíc asi s těma Bláhovejma no.“*

**Máte v místě bydliště nějaké přátele, jak často a kde se scházíte (máte nějaké oblíbené místo přímo ve zdejší lokalitě), jaké aktivity spolu provozujete?**

*„Jo, jo, taky, chodíme jednou, dvakrát za rok někam do hospody si sednout, nebo se tady sejdeme u nás. Jinak žádný společný aktivity spolu nemáme. Snad hlavně to chalupaření. Něco uděláte, něco vypěstujete, pořád něco. Mám takovýho koníčka, že bych pořád něco sázel, něco*

*pěstoval a radost mi dělá, když mi ze semínka něco vzejde a pak to třeba můžu někomu dát.“*

**Jak velkou máte rodinu?**

*„Máme dva syny a dvě vnoučata. Já mám ještě sestru a bráchu a žena má dva bráchy. Ještě mám tetu, to je od mého otce sestra.“*

**Bydlí Vaše rodina daleko?**

*„Žena ta to má tady v Hradci všechno a já to mám v Trutnově a ve Špindlu.“*

**Jak často (denně/ týdně/ měsíčně/ ročně) se s rodinou či příbuznými stýkáte?**

*„Tak s bráchou a sestrou se vidíme míň, než s dětma.“*

**A co vnoučata?**

*„Vnoučata jsou úžasný. Dělalí mi radost. Jsem s nima skoro pořád a jsem za to rád. Je to takový naše důchodecký zpestření.“*

**Jezdí rodinní příslušníci za Vámi, či Vy za nimi, jak často?**

*„Jo, to jo. Když jedu na chalupu nebo jedeme zpátky, tak se stavuju v Trutnově u sestry a občas tam je i brácha a tak se scházíme, no. Přijedou k nám na chatu, tam pokecáme. Brácha má taky pro sebe baráček chatově zařízenej. Scházíme se všichni dohromady i s mladejma.“*

**Pokud potřebujete pomoci, na koho se obrátíte (na sousedy, přátele, či někoho z rodiny)?**

*„Co my vlastně potřebujeme si koupíme tady v těch malých krámech. Když bychom potřebovali opravdu nějakou velkou nákup, tak vezmu auto a dojedu*

*do Kauflandu, to už je jedno, kamkoliv. Není to problém. A pokud potřebuju pomoci s nějakou technikou nebo něco tak řeknu synům.“*

**Vídáte se s rodinou spíše v pracovní dny nebo o víkendu?**

*„Se synama jak o víkendu, tak v týdnu, protože když jim hlídáme děti, tak si pro ně choděj nebo jim je zavezu domů. Jinak se sourozencema spíš o víkendu, když jedeme na tu chalupu.“*

**Jak často se na ně obracíte a s čím Vám nejčastěji pomáhají?**

*„Nějak často ne, jenom když potřebuju něco zapeklitýho vyřešit nebo si nevím s něčím rady.“*

**Cítíte se zde někdy osamělý?**

*„Ne, vůbec. Když tady bydlíme dva a choděj nám sem ty vnoučata, tak vůbec.“*

**Jak byste na závěr zhodnotil svůj život? Pozitivně nebo negativně?**

*„Já jsem se svým životem spokojenej. Já co jsem chtěl, toho jsem dosáhl. S tím mým vzděláním jsem to dotáhl do těch vyšších pater. Dělal jsem to, co mě bavilo a musel jsem tomu věnovat taky spoustu času, hodně se učit, abych to zvládnul, protože když se máte starat o sto lidí, tak musíte umět ekonomiku a všechno. Byl jsem zařazenej do programu na Pedagogické fakultě v Praze, kde nás učili základy jednání s lidma. Bylo to strašně těžký a složitý, ale bavilo mě to. Jezdili jsme tam každěj týden o víkendu, pak z toho byly zkoušky a když jste pak uspěl tak jsem z toho měl radost. Mám svůj život naplněnej a teď to beru jako nadstandard, že už si jenom užívám. Nic mě nehoní, nic mě nežene, takže jsem teďka spokojenej.“*

**Co bylo a je z Vašeho pohledu pro Vás v životě tím nejdůležitějším?**

*„Zdraví a pak spokojenost. Když nejste zdravá, tak Vám nejsou nic platný peníze.“*

**Máte před sebou ještě nějaký cíl, kterého byste rád dosáhl?**

*„Já už toho moc nemůžu dosahovat v tady těch letech. Mám spíš cíl, aby ty vnoučata moje vystudovaly.“*

**Máte nějaké plány?**

*„Já už snad žádný plány ani nemám.“*

**Dělá Vám v současné době něco radost, kromě vnoučat?**

*„Dělá mi radost, když se něco povede, něco postavěj pěknýho.“*

**Obáváte se v současnosti něčeho? Je něco, co Vám dělá starosti?**

*„Nejvíc se bojím toho, když jezdím autem, aby mě nějaká trouba sfetovanéj někde nesrazil. Takhle bych teda nechtěl skončit.“*