

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra sociální patologie a sociologie

**Sociální cestovní ruch jako nástroj integrace seniorů
v Pardubicích**

Bakalářská práce

Autor: Petra Šnejdrová
Studijní program: B 7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální komunikace v neziskovém sektoru
Vedoucí práce: Ing. Eva Šimková, Ph. D.

Hradec Králové

2015

UNIVERZITA HRADEC KRÁLOVÉ

Pedagogická fakulta

Akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení:	Petra Šnejdrová
Osobní číslo:	P12617
Studijní program:	B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor:	Sociální komunikace v neziskovém sektoru
Název tématu:	Sociální cestovní ruch jako nástroj integrace seniorů v Pardubicích
Zadávající katedra:	Katedra sociální patologie a sociologie

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í:

Bakalářská práce se zabývá sociálním cestovním ruchem seniorů v Pardubicích jako jednoho z možných nástrojů jejich integrace do běžného života, prevence sociálního vyloučení, aktivizace v rámci procesu zdravého stárnutí ve společnosti a zlepšení jejich života. Obsahem empirického šetření je analýza potřeb seniorů v Pardubicích v oblasti cestovního ruchu ve spolupráci se Seniorcentrem Pardubice. Výsledky šetření budou využity statutárním městem Pardubice při vytváření koncepce rozvoje sociálního cestovního ruchu.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce:

Seznam odborné literatury:

Vedoucí bakalářské práce:

Ing. Eva Šimková, Ph.D.

Katedra sociální patologie a sociologie

Oponent bakalářské práce:

PhDr. Václav Bělík, Ph.D.

Datum zadání bakalářské práce:

7.2.2014

Termín odevzdání bakalářské práce:

21.4.2015

L.S.

doc. PhDr. Pavel Vacek, Ph.D.

děkan

PhDr. Václav Bělík, Ph.D.

vedoucí katedry

dne

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala pod vedením vedoucí bakalářské práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 20. 4. 2015

.....
Petra Šnejdřová

Anotace

ŠNEJDROVÁ, Petra. *Sociální cestovní ruch jako nástroj integrace seniorů v Pardubicích*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2015. 63 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce se zabývá sociálním cestovním ruchem seniorů žijících v Pardubicích jako jedním z možných nástrojů jejich integrace do běžného života, prevence sociálního vyloučení, aktivizace v rámci procesu zdravého stárnutí ve společnosti a zlepšení jejich života. V teoretické části práce je popsán sociální cestovní ruch seniorů, který se svými potřebami a možnostmi liší od ostatních cílových skupin v cestovním ruchu. Dále se teoretická část zabývá obdobím stáří, charakterizuje dnešní generaci seniorů, která je svým způsobem výjimečná a poukazuje na důležitost podpory aktivního stárnutí. Závěr teoretické části práce je věnován seniorům žijícím v Pardubicích a jejich podpoře aktivního života v rámci komunitního plánování ze strany statutárního města Pardubic.

V empirické části bakalářské práce jsou formou dotazníkového šetření zmapovány potřeby seniorů v oblasti cestovního ruchu a zájem seniorů o rozšíření nabídky aktivit Seniorcentra Pardubice o akce z oblasti cestování.

Klíčová slova: senior, sociální cestovní ruch, exkluze, integrace, stáří

Abstract

ŠNEJDROVÁ, Petra. *Social tourism as a tool for integration of seniors in Pardubice*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2015, 63 s. Bachelor thesis.

The Bachelor thesis deals with social tourism of elderly citizens living in Pardubice as one of the possible mechanisms for their integration into normal life, the prevention of the social exclusion, the activation in the process of healthy aging in society and the improvement of their lives. The theoretical part describes the social tourism of seniors which is different with their needs and capabilities from other target groups in tourism. Furthermore, the theoretical part deals with the period of old age, characterizes today's generation of senior citizens, which is unique in its own way and it highlights the importance of the promoting active aging. The conclusion of the theoretical part is devoted to seniors living in Pardubice and the promotion of their active life within the community planning by the chartered city of Pardubice.

In the empirical part of the thesis via survey there are mapped the needs of seniors in tourism and their interest in the expansion of activities Seniorcentra Pardubice concerning of the actions in the field of travel.

Key words: senior, social tourism, exclusion, integration, age

Obsah

Úvod	7
1. Sociální cestovní ruch zaměřený na seniory	9
1.1 Cestovní ruch	9
1.2 Sociální cestovní ruch	9
1.3 Cestovní ruch seniorů	10
1.4 Koncepce státní politiky cestovního ruchu v ČR.....	19
2. Období stáří a generace současných seniorů	21
2.1 Vymezení pojmu senior a segmentace období stáří.....	21
2.2 Demografický vývoj stárnutí v české společnosti	22
2.3 Charakteristika dnešní generace seniorů.....	24
2.4 Období stáří a potřeba sociálního kontaktu	25
2.5 Vnímání stáří současnou společností.....	26
2.6 Sociální exkluze a integrace seniorů.....	27
2.7 Zdravé stárnutí seniorů a jejich aktivizace.....	30
3. Seniori jako součást komunitního plánování v Pardubicích	33
3.1 Seniorcentrum Pardubice	36
3.2 Rada seniorů	37
3.3 Kluby seniorů.....	38
4. Metodologie výzkumného šetření	39
4.1 Výzkumný problém	39
4.2 Hypotézy	39
4.3 Výzkumný nástroj a výzkumný soubor	40
4.4 Výsledky empirického šetření a jejich interpretace	42
4.5 Ověření hypotéz	53
4.6 Shrnutí výsledků a návrh doporučení statutárnímu městu Pardubice.....	54
5. Závěr	56
Seznam použitých zdrojů.....	57
Seznam tabulek	60
Seznam grafů	61
Seznam obrázků.....	62
Seznam příloh	63

Úvod

V souvislosti s životní fází, kterou označujeme jako stáří, se člověk musí vypořádat s mnohými negativními důsledky tohoto věku, mezi které bezesporu patří nastupující zdravotní a psychické problémy, změny v rodinném zázemí, odchod do důchodu apod. Obecně lze říci, že stárnutí je proces změn, které se specificky projevují na těle i na duši. V této životní fázi se podstatným způsobem mění sociální role člověka související s odchodem do důchodu, kdy podstatným negativním jevem je nedobrovolná ztráta vybudovaných kontaktů se svými kolegy i širších pracovních kontaktů. Člověk se může v důsledku těchto změn cítit osamělý a vyčleněný ze života většinové společnosti. Sociální vyloučení se může projevovat v ekonomické, sociální nebo kulturní oblasti. Senioři jsou sociální exkluzí ohroženi více než mladší generace.

Jedním z možných nástrojů prevence sociální exkluze je podpora zdravého, aktivního stárnutí a motivování seniorů k aktivitě. Z provedených průzkumů vyplývá, že mezi nejoblíbenější možnosti trávení volného času senioři uvádějí na prvním místě zahrádkaření, na druhém místě četbu a na třetím místě turistiku a cestování.

V současné době začínají seniorského věku dosahovat lidé, kteří jsou ekonomicky nezávislí, byli zvyklí cestovat již během svého aktivního života a lze tedy předpokládat, že budou mít zájem cestovat i v seniorském věku. Dnešní moderní senioři již nezastávají pouze funkce babiček a dědečků, ale disponují velkým množstvím volného času, který chtějí smysluplně využít, chtějí objevovat svět, poznávat cizí kultury, hledávají nové aktivity, chtějí poznávat nová místa sdílet společné zážitky, cítit se smysluplně, relaxovat, utužovat své zdraví a navazovat přátelské vztahy. Z tohoto důvodu můžeme na cestování nahlížet jako na jeden z možných nástrojů aktivizace seniorů, v důsledku kterého dochází ke zmírnění negativních aspektů stárnutí a ke zvýšení kvality života seniorů. Je důležité eliminovat překážky seniorů v oblasti cestování a vytvářet pro tuto cílovou skupinu širokou nabídku aktivit v této oblasti.

Podle demografických průzkumů společnost stárne a do budoucna se podíl seniorů v celkové populaci rapidně zvýší. Senioři se stanou lukrativní cílovou skupinou pro subjekty působící v cestovním ruchu, které jsou motivovány pro poskytování širší a kvalitnější nabídky

služeb pro seniory s cílem umožnit této znevýhodněné skupině aktivně se podílet na cestovním ruchu.

Cílem teoretické části bakalářské práce je charakterizovat sociální cestovní ruch jako jeden z možných nástrojů integrace seniorů. Cílem výzkumné části bakalářské práce je zjistit zájem a potřeby seniorů žijících v Pardubicích o aktivity v oblasti cestovního ruchu.

První část bakalářské práce popisuje sociální cestovní ruch seniorů, zabývá se jejich motivačními faktory, jednotlivými druhy seniorského cestovního ruchu, specifickými potřebami seniorů v oblasti cestování, poukazuje na ekonomickou situaci seniorů, která výrazným způsobem ovlivňuje jejich aktivitu v této oblasti. Dále je popsán sociální cestovní ruch seniorů jako součást Koncepce státní politiky cestovního ruchu v České republice a dotační program Ministerstva pro místní rozvoj s názvem Cestování dostupné všem, který podporuje rozvoj sociálního cestovního ruchu.

Druhá část bakalářské práce popisuje současnou generaci seniorů, poukazuje na demografický vývoj seniorské populace v následujících letech, zabývá se obdobím stáří ze sociologického hlediska v souvislosti s potřebou sociálního kontaktu. Dále jsou zde popsány faktory ovlivňující sociální exkluzi seniorů, je poukázáno na důležitost integrace seniorů, která je součástí Národního akčního plánu podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 – 2017. Závěr této kapitoly je věnován zdravému stárnutí seniorů, jejich aktivizaci, která se významným způsobem podílí na kvalitě života seniorů.

Třetí část bakalářské práce prezentuje seniory žijící v Pardubicích a podporu jejich aktivního života prostřednictvím komunitního plánování statutárního města Pardubic.

Empirická část bakalářské práce je zaměřena na zkoumání zájmu a potřeb seniorů žijících v Pardubicích o aktivity z oblasti cestování.

Závěry bakalářské práce budou prezentovány statutárnímu městu Pardubice jako doporučení pro plánování aktivit v oblasti cestovního ruchu pro seniory žijící v Pardubicích a vytvoření koncepce rozvoje sociálního cestovního ruchu.

1 Sociální cestovní ruch zaměřený na seniory

1.1 Cestovní ruch

Cestovní ruch představuje v dnešní době významný společensko-ekonomický fenomén jak z pohledu jednotlivce, tak i společnosti. Jedná se o největší pohyb lidské populace za rekreací, poznáváním a naplněním vlastních snů z příjemné dovolené. Za zakladatele organizovaného a moderního cestovního ruchu je považován Angličan Thomas Cook (1808-1892), jehož nedělní výlety vlakem do přírody jsou považovány za první zájezdy tak, jak je chápeme v dnešní době. Cestovní ruch je předmětem zkoumání různých vědních disciplín, např. ekonomie, geografie, sociologie, psychologie a pedagogiky. Všechny tyto vědní disciplíny mají cestovní ruch jako společný předmět zkoumání, ale každá vědní disciplína se jím zabývá ze svého pohledu s vlastními metodologickými metodami (Hesková a kol., 2011).

Výkladový slovník cestovního ruchu definuje cestovní ruch jako *„komplexní společenský jev, který zahrnuje aktivity osob cestujících ve volném čase mimo jejich obvyklé prostředí nebo pobývajících na těchto místech ne déle než jeden rok za účelem zábavy, rekreace, vzdělávání a dalších činností. Cestovní ruch se primárně podílí na uspokojování lidské potřeby poznávání v mnoha různých podobách, např. poznání nové země, kultury, lidí, prožití neobvyklých zážitků, dále uspokojení potřeby změny životního rytmu, odpočinku a relaxace, motivace související s vírou a potřeba nových sociálních kontaktů“* (Zelenka, Pásková, 2002, s.6).

V odborné literatuře se můžeme setkat s pojmem „tourismus“, který je synonymem pojmu cestovní ruch a nejlépe vystihuje jeho význam. Toto označení používají také světové jazyky jako např. angličtina – tourism, němčina Tourismus, francouzština – tourisme, španělština a italština – turismo (Hesková a kol., 2011).

1.2 Sociální cestovní ruch

Internetový deník Hospodářských novin uvádí, že sociální cestovní ruch je často nazýván *„cestovní ruch pro všechny“*. Je založen na obecném právu na cestování každého občana bez ohledu na své bydliště, sociální postavení, finanční situaci, právo na volný čas a svobodný způsob jeho využití. To znamená umožnit cestování co největšímu počtu lidí, zejména různým znevýhodněným skupinám. Jedná se o způsob realizace všeobecného práva

účastnit se cestovního ruchu, cestovat, poznávat jiné regiony a země. Sociální cestovní ruch se v posledních letech stává fenoménem, který výrazně ovlivňuje globální vývoj turismu. Podle Evropské unie přináší sociální cestovní ruch účastníkům, kteří trpí určitým znevýhodněním, lidský rozměr, zlepšení pohody a osobní rozvoj, rentabilitu a ekonomický zisk průmyslu cestovního ruchu.

Mezi hlavní cílové skupiny sociálního cestovního ruchu patří děti a mládež, rodiny s dětmi, jednotlivci s nízkými příjmy, senioři, handicapované osoby a jiné osoby sociálně vyloučené. Tyto skupiny se potýkají s určitým znevýhodněním na poli cestovního ruchu. Mezi tyto problémy patří nedostatek finančních prostředků, zdravotní nebo psychické problémy, nepřizpůsobené objekty cestovního ruchu apod. Vzhledem k tomu, že se jedná o velké množství potencionálních účastníků, kterých se tato omezení týkají, je důležité vytvořit co nejlepší podmínky, aby tyto omezující faktory byly co nejvíce eliminovány.

Základním principem sociálního cestovního ruchu je solidarita, na které se podílejí orgány státní správy, charitativní a odborové organizace, podnikatelské subjekty a sdružení podniků cestovního ruchu. Poskytují finanční podporu na cestování, snaží se o větší dostupnost destinací a služeb cestovního ruchu (Hospodářské noviny [online], 2012).

1.3 Cestovní ruch seniorů

Cestovní ruch seniorů je v zahraniční literatuře označován různými pojmy např. senior tourism, mature age tourism, third-age tourism a spadá do sociálního cestovního ruchu. Někdy bývá označován jako „šedá turistika“ (Studia Turistica [online], 2011]. Senioři jsou také nazýváni jako turisté třetího věku s výrazným potenciálem v oblasti cestovního ruchu. Z demografického hlediska se předpokládá značný nárůst počtu seniorů v cestovním ruchu, ale i nárůst cestovních výdajů, protože do věku 50+ dospějí skupiny finančně zajištěných lidí, jejichž přáním bude si užívat výsledků své celoživotní práce. Tento trend úzce souvisí s prodlužujícím se věkem, příjmovými možnostmi seniorů a v neposlední řadě i se zvyšující se kulturou cestování. Značnou devizou pro rozvoj cestovního ruchu seniorů je velký rozsah volného času, kterým disponují, naopak určitou bariérou mohou být zdravotní potíže nebo jazyková nedostatečnost.

Ryglová, Burian a Vajčnerová rozdělují seniory v cestovním ruchu takto:

Segmentace seniorů podle věku:

- mladší senioři: od 50 do 64 let,
- starší senioři: od 65 do 70 let,
- veteráni: nad 70 let.

Segmentace seniorů podle aktivity:

- dynamičtí senioři: v dobré kondici, nevyžadují žádný zvláštní režim, ale často přeceňují své síly,
- pasivní senioři: vyžadují ohledy nebo pomoc při náročném programu.

K segmentaci seniorů autoři uvádějí, že „zatímco mladší senioři jsou zcela nezávislí a cestují ve značné míře individuálně, s přibývajícím věkem se zvyšuje ochota ke skupinovému cestování. Důvodem jsou například asistenční služby, účast lékaře apod., jenž jsou součástí programu pro skupiny seniorského věku. Při individuálním cestování jsou však málo dostupné. V každém případě pro všechny skupiny platí preference služeb vysoké kvality a pohodlí, v klidnějším prostředí, u starších seniorů a veteránů cestování mimo hlavní sezonu (dostatek času, příjemnější počasí, možnosti slev)“ (Ryglová, Burian a Vajčnerová, 2011, s. 189).

Druhy seniorského cestovního ruchu

Z individuálních potřeb a motivace seniorů vycházejí jednotlivé druhy cestovního ruchu seniorů. Hesková považuje za nejčastější druhy cestovního ruchu seniorů rekreační cestovní ruch v přímořských letoviscích, zdravotní a lázeňský cestovní ruch, sportovní cestovní ruch, poznávací kulturní cestovní ruch a dobrodružné cesty do exotických destinací.

- **Rekreační cestovní ruch** v přímořských letoviscích je aktivní i pasivní odpočinek ve vhodném přírodním a klimatickém prostředí s cílem obnovy fyzických a psychických sil s kombinací poznávacích a pohybových a nenáročných sportovních činností.
- **Zdravotní a lázeňský cestovní ruch** zahrnuje zdravotní, preventivní a regenerační léčebné činnosti pod odborným zdravotnickým dohledem. Lázeňská léčba je založena na využívání přírodních léčivých zdrojů a kombinací s medikamentózní léčbou, dietním stravováním a psychofyzikální rehabilitací. V lázeňských městech se bohatě

rozdívá společenský a kulturní život, který pozitivně ovlivňuje život seniorů. Produkty zdravotního cestovního ruchu nabízejí nejen lázně, ale i hotely v rekreačních střediscích. V současné době se opět předpokládá značný nárůst lázeňského cestovního ruchu z důvodu úhradové vyhlášky zdravotních pojišťoven a související legislativy.

- **Sportovní cestovní ruch, především turistika** je vhodný pro seniory v dobré fyzické kondici. Jedná se o pobyty ve vhodném přírodním prostředí s aktivním vykonáváním pěší, horské, vodní turistiky, cykloturistiky nebo lyžování. Tento druh cestovního ruchu předpokládá určitou dobrou fyzickou kondici.
- **Poznávací kulturní cestovní ruch** umožňuje uspokojování duchovních potřeb seniorů, kteří jsou motivováni možnostmi poznávání kulturního dědictví, kultury a způsobu života rezidentů navštívených cílových míst. Především se jedná o návštěvy muzeí, galerií, výstav, kulturních pamětihodností, hudebních a divadelních představení či společenských akcí.
- **Dobrodružné cesty do vzdálených míst s cílem užít si život** je specifický druh cestovního ruchu seniorů, kdy záměrem je uspokojení touhy po neznámém, po objevování s cílem zažít dobrodružství s jistou mírou kontrolovaného rizika.
- **Náboženský cestovní ruch** je součástí kulturního poznávacího cestovního ruchu spojeného s tradicemi světových náboženství. Jeho nejčastějším projevem jsou poutě a návštěva poutních míst (Hesková a kol., 2011).

Specifika cestovního ruchu seniorů

Z pohledu poskytovatelů služeb v cestovním ruchu se jedná o lukrativní cílovou skupinu. Mnozí senioři jsou již v důchodu, jsou vysoce časově flexibilní, velmi rádi využijí nabídky zlevněných pobytů mimo hlavní turistickou sezonu a pomáhají tak udržet zaměstnanost v destinaci i mimo hlavní turistickou sezonu.

Touto problematikou se zabývá Klufová, Nývltová a Francová, které uvádějí, že *„životní úroveň stejně jako životní filozofie seniorů se během posledních let značně změnila. Zatímco v minulosti se senioři při výběrání zájezdů a dalších služeb cestovního ruchu orientovali takřka výhradně podle ceny, dnes si díky vyšším příjmům mohou dovolit kvalitní dovolenou. Zlepšila se i zdravotní péče, což také přispělo k tomu, že se dnešní senioři v důchodové věku ještě vůbec necítí staří a chtějí nadále žít aktivně“* (Klufová, Nývltová a Francová, 2010, s. 587).

Senioři patří mezi turisty se specifickými rysy, které je odlišují od ostatních turistů, např. rádi si připlatí za kvalitnější službu, cestují i mimo hlavní sezóny, často nakupují zájezdy dopředu a vybírají z nabídky „first minute“, očekávají důkladnou organizaci cesty bez stresujících situací, často cestují s vnoučaty nebo s jiným doprovodem, jen výjimečně objednávají zboží a služby po internetu a jsou rizikovější z hlediska možných zdravotních obtíží a úrazů.

Ryglová, Burian a Vajčnerová uvádějí, že v rámci nabídky služeb seniorům je nutno respektovat jejich specifické požadavky, jako je např. pohodlí při dopravě, bezbariérové ubytování v 1-2 lůžkových pokojích, menší přizpůsobivost při stravování a denním režimu. Při přípravě programu je nutné brát v úvahu možnosti seniorů vzhledem k jejich aktuální kondici. Velice oblíbené jsou relaxační a odpočinkové pobyty, poznávací kulturní a vzdělávací akce. Cestování seniorů dávno nejsou jen lázeňské pobyty, případně odpočinek a sledování televize v klidných hotelových resortech. Senioři chtějí aktivně žít, ale také aktivně odpočívat a udržovat se tak ve fyzické i duševní kondici. Senioři jsou typickou cílovou skupinou pro poznávací autokarové zájezdy a nenáročnou pěší turistiku (Ryglová, Burian a Vajčnerová, 2011). Při výběru hotelů je pro seniory klíčová dobrá dopravní dostupnost, klidné a příjemné okolní prostředí a v případě zdravotních obtíží ocení i bezbariérové přístupy, wellness a lázeňské procedury nebo možnost dietního stravování. Perspektivní skupinu z pohledu hoteliérů tvoří zpravidla mladší senioři ve věku 50 až 59 let, kteří jsou na vrcholu své pracovní kariéry, chtějí si užívat a jsou ochotni utratit za dovolenou poměrně vysoké částky. Naopak u starších věkových skupin je ochota k cestování podmíněna především aktuálním zdravotním stavem. Senioři jsou obecně spíše konzervativní, hůře snášejí změny, mají vysoké nároky na kvalitu služeb, profesionalitu, ochotu a vstřícnost ze strany personálu. Z důvodu bezpečnosti a komfortu vyžadují, aby se cest účastnil vedoucí zájezdu, který řídí a organizuje pobyt a průvodce, který provádí návštěvníky v rodném jazyce. Senioři patří mezi obecně zkušenějších cestovatele. Kladou důraz na kvalitu, pohodlí a bezpečnost. Díky zkušenostem z minulých cest si senioři vybírají i opakované návštěvy stejných míst, kde byly během předchozích pobytů spokojeni (Hospodářské noviny [online], 2012).

Motivace seniorů k cestování

Mezi nejčastější motivy cestování seniorů patří odpočinek a relaxace, sociální interakce, zábava, poznání a učení se, dále nostalgie nebo fyzická aktivita a péče o zdraví, návštěva příbuzných a známých. Starší senioři s oblibou navštěvují památky a historická místa. Senioři navíc mohou v cestování vidět příležitost k seznamování, navazování přátelství, sebeuplatnění (společenský kontakt s místními obyvateli nebo ostatními turisty), hledání aktivit a zážitků, které by je naplňovaly. Motivory k cestování můžeme spatřit i v Maslowově teorii potřeb – potřeby jsou hierarchicky odstupňované podle stupně jejich naléhavosti – viz obrázek 1.



Obrázek 1: Maslowova pyramida potřeb

Zdroj: ŠAFRÁNKOVÁ, Zuzana, 2009, *Analýza vybraného segmentu trhu cestovního ruchu – senioři*. Bakalářská práce.

Šafránková přirovnává potřeby plynoucí z cestování k základním životním potřebám takto:

- „*Fyziologické potřeby – odpočinek a relaxace.*
- *Bezpečí – výběr místa dovolené, eliminace případných rizik např. zdravotních.*
- *Láska a sounáležitost – trávení dovolené s přáteli, známými, rodinou.*
- *Uznání a sebeúcta – výběr „módní“ destinace, splnění snu.*
- *Seberealizace – samotné uskutečnění cesty nebo překonání obav z cestování“* (Šafránková, 2009, s. 10).

Senioři mají podobné potřeby jako ostatní lidé, nicméně je u nich z důvodu změny sociální role zvýšená potřeba sociálního kontaktu, pocitu sdílení společných zážitků s ostatními a smysluplného trávení volného času.

Potřeby seniorů v oblasti cestování

Podle internetového magazínu 55 Plus dovolené seniorů již dávno nejsou jen lázeňské pobyty, popřípadě odpočívání a sledování televize. Senioři chtějí aktivně žít, ale také aktivně odpočívat a udržovat se tak ve fyzické i duševní kondici. Senioři vítají individuální přístup personálu a snahu vyhovět i speciálním přáním (55Plus [online], 2013).

Senioři si vybírají spíše cesty do klidných destinací, kde mohou relaxovat, poznávat místní historii nebo léčit své zdravotní problémy. Pro poskytovatele služeb v cestovním ruchu je důležité brát ohled na zvýšené potřeby seniorů a přizpůsobit se jejich speciálním požadavkům. Mělo by jim být poskytnuto sportovní vyžití jako je např. plavání v bazénu, cvičení v posilovně a pěší nebo cyklistické výlety či např. golf nebo nordic walking, ale zároveň také komfort odpovídající potřebám jejich věku. Senioři se podílí na celkovém počtu delších dovolených (tj. 4 a více přenocování) přibližně 15 %. Většina těchto dovolených je realizována v rámci domovské země (Klufová a spol., 2010).

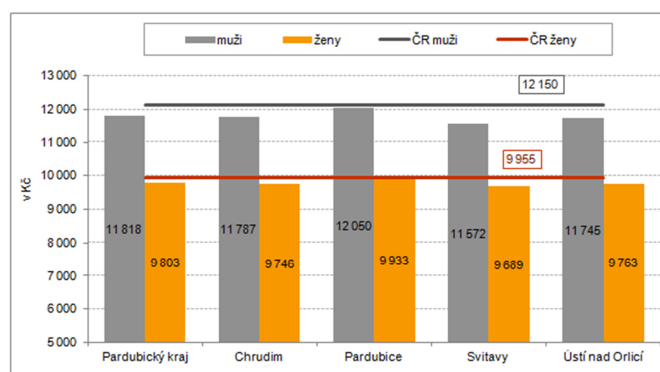
Demografický vývoj seniorů v Evropě

Podle demografických průzkumů lze předpokládat, že podíl seniorů ve společnosti bude v následujících letech růst a v roce 2050 v Evropě dosáhne již 40 % celkové populace. V návaznosti na tento fakt vzroste také podíl seniorů, kteří se budou účastnit na cestovním ruchu. Lze předpokládat, že dnešní mladá generace, která aktivně cestuje, bude chtít cestovat i v seniorském věku.

Ekonomická situace českých seniorů

Sak a Kolesárová uvádějí, že z ekonomického hlediska lze současnou generaci považovat za generaci, jejíž situace je ve stáří nejlepší. Má se lépe, než se měly předchozí generace, a lépe, než se budou mít následující generace. Pravděpodobný vrchol ekonomické situace českého seniora byl v letech 2008 – 2009. *„Současná generace seniorů využívá přednosti předchozího i současného společenského systému. Z předchozího má vyřešenou bytovou situaci, často vlastní chatu nebo chalupu, důchodový i zdravotní systém ještě fungují. Z nového systému oceňují především možnost cestování. Senioři patří ke skupinám, které hojně cestují, a to i do zahraničí. Mezi cíle, které si senioři v životě kladou, patří cestování na přední místo“* (Sak a Kolesárová, 2012, str. 141, 142). Účast seniorů na cestovním ruchu je závislá i na jejich příjmech. Velice citlivě reagují na zvyšování cen především bydlení, potravin a léků, ale zároveň i pozitivně reagují na poskytování slev – to se týká i oblasti cestovního ruchu.

Z níže uvedeného obrázku 2 vyplývá, že průměrná výše starobního důchodu v roce 2013 byla v okrese Pardubice u mužů 12.050 Kč a u žen 9.933 Kč. Je zajímavé, že v rámci Pardubického kraje se okres Pardubice nejvíce přibližuje celostátnímu průměru důchodu, který u mužů činí 12.150 Kč a u žen 9.955 Kč.



Obrázek 2: Průměrná měsíční výše starobního důchodu podle pohlaví v Pardubickém kraji a jeho okresech v prosinci 2013
Zdroj: Český statistický úřad

Podle Deníku.cz činila v roce 2012 průměrná útrata seniorů za zahraniční pobyt 14.350 Kč. Cena pobytu tedy převyšovala průměrný měsíční důchod českých seniorů. Ekonomická situace je jedním z hlavních faktorů, který ovlivňuje cestování seniorů. Senioři ze západní Evropy s vyššími příjmy uskutečňují své cesty častěji. Například český senior dosahuje v průměru jen třetinu ročního příjmu jeho německého vrstevníka, což se projevuje na jejich výdajích na cestovní ruch (Deník.cz [online], 2012).

Druhy jednotlivých podpor cestovního ruchu seniorů

Indrová a kolektiv poukazují na to, že čeští senioři stále častěji využívají při cestování speciální slevové programy, zájem o zvýhodněné zájezdy ve vedlejší sezóně stoupá meziročně o 19 %. V zahraničí existuje celá řada prázdninových programů pro seniory. Jedná se zejména o seniorské programy cestovního ruchu např. v Portugalsku, Španělsku a ve Francii, na nichž participují především místní a regionální autority. Pro podporu cestovního ruchu seniorů existuje poměrně široká škála možností i v České republice. Jedná se především o různé druhy slev:

- Slevy podnikatelských subjektů v cestovním ruchu.
- Slevy dopravců.
- Slevy poskytované kulturními a společenskými organizacemi.

- Slevy cestovních kanceláří a agentur.
- Slevy ubytovacích zařízení.
- Slevy lázeňských zařízení apod.

Mezi další druh podpory můžeme bezesporu zařadit i státní podporu např. v rámci dávek státní sociální podpory a dávek sociální péče je možné získat příspěvek na rekreaci a lázeňskou péči a rekreační pobyty válečných veteránů. Další podporu nabízí zdravotní pojišťovny ve formě příspěvku na lázeňskou péči nebo existuje podpora ze strany bývalých zaměstnavatelů (Indrová a kol., 2008).

Internetový server i60.cz uvádí, že české cestovní kanceláře poskytují seniorům zpravidla celoroční slevy 5 až 7 procent z celkové ceny zájezdu. O nákup takovýchto zájezdů je mezi seniory zájem zejména od ledna do konce dubna a dvě třetiny z nich si dovolenou plánují na předsezonní nebo posezonní období. Důvodem jsou hlavně mírnější klima a nižší ceny. Senioři míří v rámci zvýhodněných programů převážně do Řecka, tam svoji cestu uskuteční 35 %. Oblíbeným místem jsou i Turecko nebo Egypt. Cestovní kanceláře a agentury poskytují výhodné podmínky pro seniory buď přímo od ubytovatelů, nebo nabízí možnost dotovaných zájezdů španělskou vládou v rámci programu Europe Senior Tourism. Součástí programu jsou pobyty zejména na španělském pobřeží, v Andalusii nebo na Mallorce. Španělská vláda přispívá na pobyt starším občanům žijícím na Slovensku či v České republice částkou v hodnotě 130 eur. V roce 2013 získalo tuto dotaci asi 18 tisíc lidí z Česka, Slovenska, Polska, Bulharska, Rumunska a Litvy, starších 55 let. Speciální programy mohou seniorům přinést úsporu i přes deset procent z původní ceny (i60.cz [online], 2013).

Ukázka konkrétní nabídky cestovních kanceláří pro seniory:

- CK FISCHER nabízí speciální nabídky pro klienty starší 50 let v destinacích Kréta, Kos, Rhodos, Kanárské ostrovy nebo Madeira. Každý zákazník, který již dosáhl věku 60 let, může automaticky čerpat slevu 10 % (až 3 000 Kč na ubytovací jednotku) na jakýkoliv zájezd. Senioři, kteří se rozhodnou cestovat sami, mohou využít cenově zvýhodněné ubytování v jednolůžkových pokojích bez standardních příplatků.
- CK Alexandria nabízí Senior program, v jehož rámci mají osoby starší 60 let slevu 40 procent. Program „S vnučaty k moři“ umožňuje, že první dítě cestující se seniory letí zcela zdarma, druhé platí pouze zvýhodněnou cenu letenky.

- Senior Agency pro seniory poskytuje speciální balíčky dovolených. Jedná se o dotované letecké i autobusové zájezdy k moři. V nabídce jsou také lázeňské a wellness programy v tuzemsku a v nejbližším zahraničí (i60.cz [online], 2012).
- Cestovní kancelář OK-Tours, a.s. pořádá pro osamělé seniory širokou nabídku ozdravných a relaxačních pobytů např. se zaměřením na diabetiky a kardiaky s odborným dohledem, přiměřenou pohybovou aktivitou a speciálním jídelníčkem. Seniorům je nabízena možnost cestovat se svými domácími mazlíčky. Snaží se seniorům nabídnout co nejzajímavější poměr cena x služby (Pomoc v domácnosti [online], 2014).

Dopad cestování na kvalitu života seniorů

Kotíková uvádí, že *„významným motivem účasti na cestovním ruchu seniorů je socializace, protože společenský aspekt cestování je velmi významný. Cestování je jednou z aktivit, které umožňují seniorům překonávat osamělost, umožňuje navázat nebo udržovat kontakt s jinými lidmi – tento motiv se zřetelněji projevuje u žen. Důležité jsou společné zážitky, sdílení společných emocí a společné prožívání“* (Kotíková, 2013, s. 160). Podobný názor zastává i Indrová, která mimo jiné uvádí, že *„účast na cestovním ruchu ve velké míře přispívá ke zmírnění negativních aspektů vyššího věku a ke zkvalitnění života seniorů. V rámci účasti na cestovním ruchu kromě péče personálu zařízení cestovního ruchu nacházejí senioři příležitosti pro navázání nových přátelských vztahů a možnosti k seberealizaci“* (Indrová a kol., 2008, s. 39).

Štilec prezentuje cestování jako jeden ze základních faktorů ovlivňující zdravý a aktivní život ve vyšším věku. Mezi tyto faktory řadí mimo jiné i otevřenost pro nové zážitky, nestránit se lidem, neuzavírat se do sebe, vracet se ke svým koníčkům a zálibám, učit se novým věcem, k tomu lze využít i studium na univerzitě třetího věku, pečovat o své zdraví a vzhled, tělesný a duševní rozvoj aktivním přístupem k životu. Nová doba a nové společenské poměry poskytují nové možnosti i seniorům. Ty můžeme spatřovat i v široké nabídce možností v cestování (Štilec, 2014).

Z výzkumu zaměřeného na kvalitu života českých seniorů vyplývá, že cestování a turistiku senioři řadí na třetí místo v možnostech trávení volného času. Na prvním místě senioři uvedli s 34 % zahrádkaření, na druhém místě četbu knih a časopisů s 32 % na třetím

místě cestování s turistikou s 20 % (Rada seniorů [online], 2014). Z tohoto důvodu je nutná i legislativní a koncepční podpora ze strany ČR.

1.4 Koncepce státní politiky cestovního ruchu v ČR

Jedním z důležitých legislativních koordinátorů subjektů působících v oblasti cestovního ruchu je Ministerstvo pro místní rozvoj ČR. Nezbytným nástrojem pro činnost ministerstva v oblasti cestovního ruchu je Koncepce státní politiky cestovního ruchu v ČR na období 2014 až 2020, která představuje střednědobý strategický dokument a vychází především z rozvojových možností cestovního ruchu v České republice.

Cestování dostupné všem

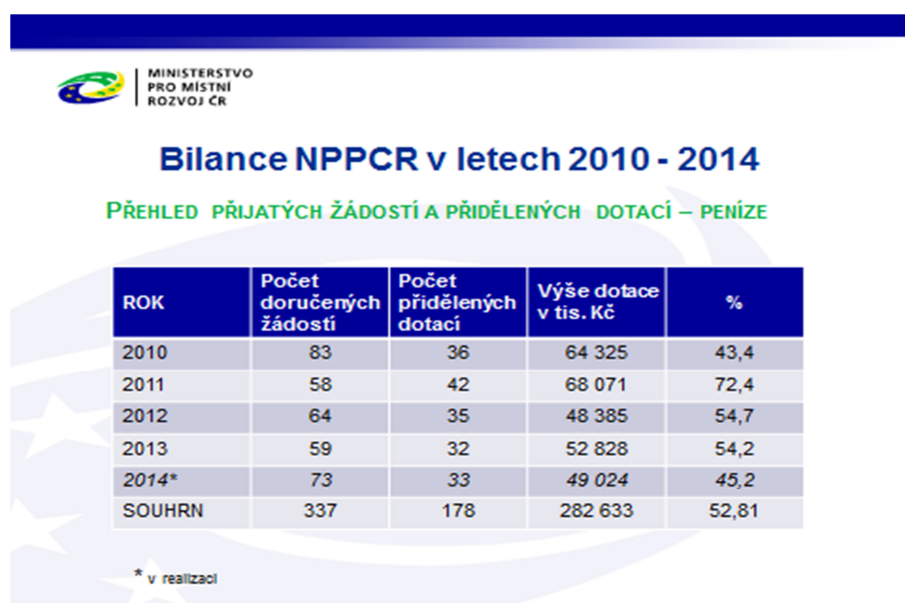
V souvislosti s podporou sociálního cestovního ruchu spravuje Ministerstvo pro místní rozvoj ČR dotační program Cestování dostupné všem. Ze zásad pro žadatele o poskytnutí dotací, které jsou dostupné na webových stránkách ministerstva, vyplývají priority tohoto dotačního programu:

- zachování zaměstnanosti v oblasti cestovního ruchu v souvislosti s aktuální ekonomickou situací ČR,
- podpora tvorby nových produktů domácího cestovního ruchu s cílem snížení sezonnosti cestovního ruchu a vytvoření podmínek pro zajištění pracovních míst v podnicích cestovního ruchu po dobu celého kalendářního roku,
- začlenění nových cílových skupin do aktivit cestovního ruchu s upřednostněním těch, pro které je účast na cestovním ruchu obtížná,
- vytvoření ekonomických podmínek pro rozšíření nabídky doprovodné infrastruktury cestovního ruchu, pro vybudování nebo rekonstrukci odpočívadel a hygienického zázemí pro pěší, cyklisty, handicapované turisty podél pěších tras, naučných stezek, cyklotras.

V rámci dotačního programu jsou upřednostňovány akce zaměřené na děti do 15 let, rodiny s dětmi, zdravotně handicapované a seniory. V letošním roce došlo oproti předcházejícím letům ke změně, a to že žadatelem o poskytnutí dotací mohou být i obce (kromě statutárních měst, kterým je i město Pardubice). Dotace jsou posuzovány podle hodnotících kritérií a žadatel může obdržet maximálně 50 % celkových uznatelných nákladů projektu.

Ze statistiky Ministerstva pro místní rozvoj ČR vyplývá, že v roce 2012 byl podpořen např. projekt žadatele Přírodní park Česká Kanada s.r.o. „Půjčovna kol v místní části městyse Besednice se zaměřením na seniory“. Další půjčovna kol pro seniory byla zřízena v Českých Budějovicích u Černé věže. Společnost PENA plus a.s. použila finanční prostředky získané z dotačního programu na zakoupení jednoho minibusu o kapacitě 25 míst na ekologický pohon sloužící k dopravě seniorů mezi atraktivitami cestovního ruchu v oblasti Český Rudolec. Žadatel Petr Půlpán byl úspěšný s projektem na vybudování centra služeb pro turisty v areálu jezdecké školy Equus Kinský. Centrum je zaměřeno především na děti do 15 let, rodiny s dětmi, handicapované turisty a seniory.

Z níže uvedeného obrázku 3 je patrný přehled přijatých žádostí a přidělených dotací v rámci dotačního programu Cestování dostupné všem od roku 2010 do roku 2014 (Ministerstvo pro místní rozvoj ČR [online], 2015).



Obrázek 3: Bilance Národního programu podpory cestovního ruchu "Cestování dostupné všem"
Zdroj: Ministerstvo pro místní rozvoj ČR

2 Období stáří a generace současných seniorů

Při posuzování období stáří ze sociologického hlediska je nutné zabývat se otázkou „Co člověku přináší a bere období stáří a jaké prožívá v tomto období životní změny?“ Obecně lze říci, že stáří je období, kdy by měl člověk sklízet plody své práce a měl by si užívat zaslouženého odpočinku. Křivohlavý definuje základní pojetí stáří takto: *„Úkolem třetího úseku životní cesty je kulturně i osobnostně zrát a dozrát v plně rozvinutou, ucelenou a úctyhodnou harmonickou osobnost, která se stále ještě snaží podílet na kulturním dědictví a předávat je dále“* (Křivohlavý, 2011, s. 16).

2.1 Vymezení pojmu senior a segmentace období stáří

Vymezení pojmu senior není v české společnosti zcela jednotné a liší se svým věkovým rozhraním pro různé oblasti výkladu i pro různé úhly pohledu. Jednu variantu výkladu předkládá Sak a Kolesárová, kteří seniora hodnotí jako *„člověka v završující životní fázi se specifickým postavením“*. Zároveň hovoří o třech věkových hranicích, které velká část populace považuje za dolní hranici seniorského věku. První hranice je 60 let, druhá 65 a třetí z věkových hranice je 70 let (Sak a Kolesárová, 2012, s. 25,26).

Segmentace seniorů podle věku

V současné době neexistuje striktně stanovená dolní hranice seniorského věku. Většina modelů se shodne na tom, že seniorem se člověk stává po 60. roku věku. Kromě věku chronologického je důležitý věk biologický i psychologický. Chronologický věk je skutečný věk, biologický věk vyjadřuje fungování lidského těla a psychologický věk odráží věk, na který se člověk cítí pocitově. Průzkumy uvádějí, že senioři se cítí o 14 let mladší a domnívají se, že vypadají o 8 let mladší.

Segmentace seniorů podle variability priorit

Další rozdělení používá Čevela, Kalvach a Čeledová, kteří období stáří dělí podle pravděpodobnostní variability priorit na počínající stáří. Tuto skupinu tvoří tzv. mladí senioři ve věku od 60/65 do 74 let. Charakteristické pro tuto skupinu je velký zájem o pracovní uplatnění nebo jiné uplatnění při odchodu do důchodu jako např. věnování se tomu, na co nebyl do té doby čas, jsou angažováni v péči o děti a vnoučata, často se organizují ve spolkové činnosti. Další skupinou je vlastní stáří. Do této skupiny patří tzv. „staří senioři“ a jedná se o věkovou skupinu od 75 do 84/89 let. V tomto období se často objevují zdravotní

problémy, zvyšuje se potřeba rehabilitačních a rekondičních programů, dochází ke ztrátě partnera, roste potřeba odpočinku a běžné rutinní činnosti je stále více vyčerpávají. Poslední skupinou podle Čevely, Kalvacha a Čeledové je dlouhověkost, kam patří staří senioři ve věku od 85/90 a více let. V tomto období senioři ztrácejí dosavadní soběstačnost a jejich péče vyžaduje podporu okolí. Nejsou ovšem výjimkou jedinci, kteří jsou i v této pozdní životní fázi fit a nezávislí (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012).

Segmentace seniorů podle zájmů, potřeb a funkčního stavu

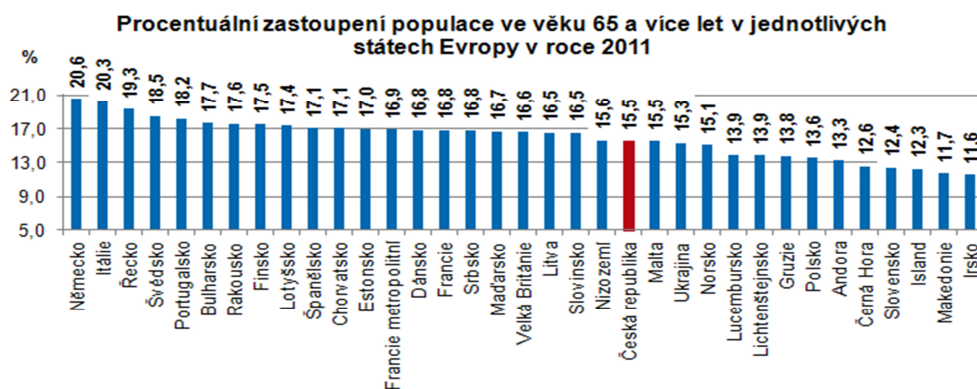
Podle Čevely, Kalvacha a Čeledové je členění seniorů podle zájmů, potřeb a celkového funkčního stavu důležitější než podle věku. Takto můžeme seniory rozdělit na elitní - s minimálními zdravotními problémy, soběstační a v dobré kondici, schopní extrémních výkonů do vysokého věku. Zdatné – bez omezení zvládají i náročné pohybové nebo pracovní aktivity. Nezávislí - zvládají běžné životní situace, disponují ovšem již s menší rezervou svých sil a potenciál zdraví je ohrožen. Křehcí - jejich zdravotní stav se zhoršuje v důsledku špatné funkčnosti orgánů, vyžadují občasnou pomoc a péči druhých osob při zajištění běžných úkonů. Závislí - u této skupiny dochází k velkému oslabení zdravotního potenciálu. Pomoc a péče druhých má již trvalejší charakter. Využívají integrovaný systém dlouhodobé péče. Zcela závislí - v mnoha případech se jedná o osoby, které jsou upoutány na lůžko a vyžadují soustavný dohled, často se vyskytuje demence a potřebují ošetrovatelskou péči či pečovatelskou službu. Umírající - tito lidé se nacházejí v závěrečné fázi svého života, jsou těžce nemocní a umírající (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012).

Ze shora uvedeného je patrné, že na seniory může pohlížet z mnoha úhlů pohledu a nelze je posuzovat pouze podle věku. Pro účast na cestovním ruchu je dobrá fyzická i psychická kondice, ekonomická situace a chuť účastnit se nových zážitků důležitější, než samotný věk seniorů. „*Věk představuje spíše formálně, úředně, časovou tvář seniora*“ (Sak a Kolesárová, 2012, s. 25).

2.2 Demografický vývoj stárnutí v české společnosti

Na fenomén stárnutí současné české společnosti poukazuje Sak a Kolesárová: „*Každý rok se ve společnosti zvyšuje podíl seniorů, klesá podíl dětí a mládeže a zvyšuje se průměrný věk. V tomto procesu stárnutí není česká společnost osamocená, s demografickým stárnutím populace se potýká většina vyspělých zemí. V české společnosti, ve srovnání se*

západoevropskými společnostmi, probíhá proces stárnutí populace s určitým zpožděním (Sak a Kolesárová, 2012, s. 86). Rabušic dokonce konstatuje, že „poprvé v celé historii existence našeho globu lidstvo jako celek zažívá fenomén, které demografové pojmenovali jako stárnutí“ (Rabušic, 1995, s. 12). Se stárnutím společnosti se nepotýká pouze Česká republika, ale jde o jev celosvětový. Srovnání se státy Evropy v zastoupení populace starší 65 let ukazuje obrázek 4.



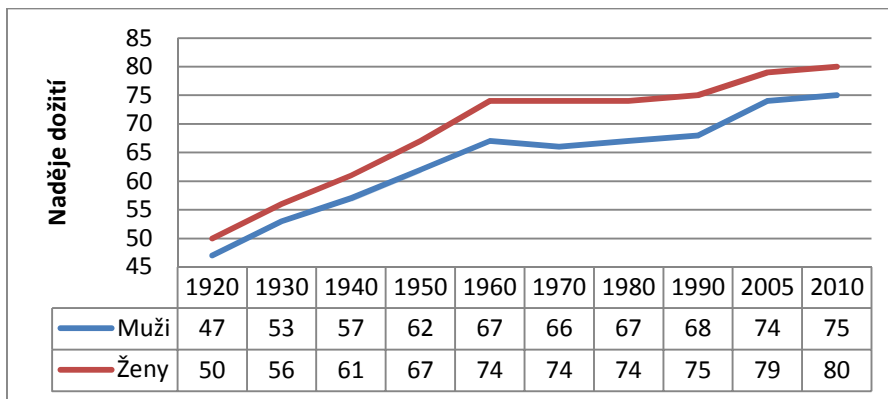
Obrázek 4: Procentuální zastoupení populace ve věku 65 a více let v jednotlivých státech Evropy v roce 2011
Zdroj: Český statistický úřad

Čevela, Kalvach a Čeledová ve svých prognózách uvádí, že v období let 2000 – 2050 dojde v České republice ke zvýšení počtu lidí ve věku 60+ z 1,9 milionu na 3,7 milionu. Nárůst osob v seniorském věku se postupně zvyšuje již od začátku devatenáctého století. Dramatický nárůst populace ve věku 60+ na území České republiky od roku 1857 do 2050 prezentuje tabulka 1.

Rok	Podíl osob ve věku 60 +
1857	6,2 %
1900	8,8 %
1930	10,8 %
1950	12,6 %
1998	18,1 %
2025	27,0 %
2050	cca 40%

Tabulka 1: Vývoj podílu osob starších 60 let na území ČR od roku 1857 do roku 2050
Zdroj: Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012

Jak uvádí Čevela, Kalvach a Čeledová, „základními procesy demografické reprodukce jsou natalita (porodnost) a mortalita (úmrtnost). Řád vymírání (proces úmrtnosti) popisují tzv. úmrtnostní tabulky, jejich výsledným ukazatelem je naděje dožití (střední délka života). Ta udává předpokládaný počet let, které má osoba daného věku a pohlaví v průměru před sebou, pokud budou zachovány intenzity úmrtnosti podle věku, podle kterých byla tabulka konstruována (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012, s. 71). Z níže uvedeného grafu 1 je zřejmé, jak se naděje dožití mužů a žen změnila od roku 1920 do roku 2010.



Graf 1: Naděje dožití mužů a žen od roku 1920 do roku 2010
Zdroj: Český statistický úřad

Vývojem délky života v posledním století se zabývali Sak a Kolesárová, kteří označili tento vývoj za dramatický s konstatováním že „za posledních 90 let se naděje dožití při narození prodloužila u mužů o 28 roků a u žen o 30 roků. Měl-li muž narozený v roce 1920 před sebou 47 let života, v roce 2010 má před sebou 75 let (Sak a Kolesárová, 2012, s. 89). Prognózy vývoje obyvatelstva očekávají, že i nadále bude docházet k nárůstu podílu starších osob v české populaci. V současnosti do věkové skupiny 65 a více let totiž vstupují početné generace narozené po druhé světové válce.

2.3 Charakteristika dnešní generace seniorů

Dvořáčková uvádí, „že generace seniorů je tvořena lidmi, které navzájem něco spojuje a naopak vůči mladým generacím něco diferencuje“ (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 21). Dnešní generace seniorů je v porovnání s předchozími velice specifická. Abychom jim lépe porozuměli, musíme se zabývat jejich celkovým způsobem života a jejich dosavadními životními zkušenostmi.

Současná generace seniorů je tvořena ročníky narozenými v období druhé světové války a v poválečném období. Prošla rozsáhlými změnami sociálních podmínek a životního stylu, včetně hodnot a sociálních norem. Oproti minulým generacím seniorů se významným způsobem změnilo materiální a technologické zázemí současných seniorů. Zásadní vliv na životní styl současných seniorů měl např. rozvoj motorismu, trampování, chataření a posléze i typický český fenomén, chalupaření. Současná generace seniorů je poslední generací gramotné kultury, kterou provázely jejich životem tištěné knihy a noviny, které se podílely na šíření gramotnosti a vzdělanosti společnosti. Do gramotné kultury pronikaly postupem doby nová média, jako např. telefon, rozhlas, gramofon, magnetofon, film, televize, video. Od devadesátých let dochází k vybavování společnosti hardwarem a softwarem informačních technologií a osvojování počítačové gramotnosti všemi generacemi. Nová, nastupující generace, je první generací kyberkultury. Žádné generace nebyly svým charakterem tak vzdálené jako v současné době. Současní senioři čím dál více využívají digitální životní styl, který je obohacuje nejen o zábavu, ale usnadňují jim běžný život zvláště seniorům s pohybovým handicapem, například nakupování přes internet a elektronické bankovníctví (Sak a Kolesárová, 2012).

2.4 Období stáří a potřeba sociálního kontaktu

Sak a Kolesárová uvádějí, že k pochopení fenoménu stáří je nezbytná sociologie a její poměrně mladá aplikovaná disciplína – sociologie stáří. *„Sociologie se zabývá životními fázemi a skupinami populace, které jsou obsahem těchto životních fází. Sociologie se také zabývá generacemi, velkými sociálními skupinami, které postupně na své životní dráze procházejí jednotlivými životními fázemi“* (Sak a Kolesárová, 2012, s. 15). Citovaní autoři se také zabývali proměnou stáří ze sociologického hlediska, podle kterých bylo analýzami prokázáno, že se podoba stáří a zejména jeho sociální obsah v porovnání s počátkem 20. století výrazně změnil. Člověku bylo přidáno třicet let života a hlavně se změnila kvalita jeho života. Senior se stal vzdělanějším a s touto novou kvalitou se stal součástí nové dlouhodobé společnosti. *„Stárnutí společnosti a jevy s ním spojené evropské společnosti zaskočilo. Zastihlo je nepřipravené koncepčně, politicky, ale i z hlediska vlastní sebereflexe. Potřeba vnímání, poznání a pochopení toho, co se ve společnosti děje, jaké jsou příčiny a jak na nový stav reagovat, znamenaly novou situaci. Současný fenomén stárnoucí společnosti není dočasný výkyv způsobený demografickou vlnou, ale jedná se o trvalou poměnou minimálně evropské společnosti* (Sak a Kolesárová, 2012, s. 16).

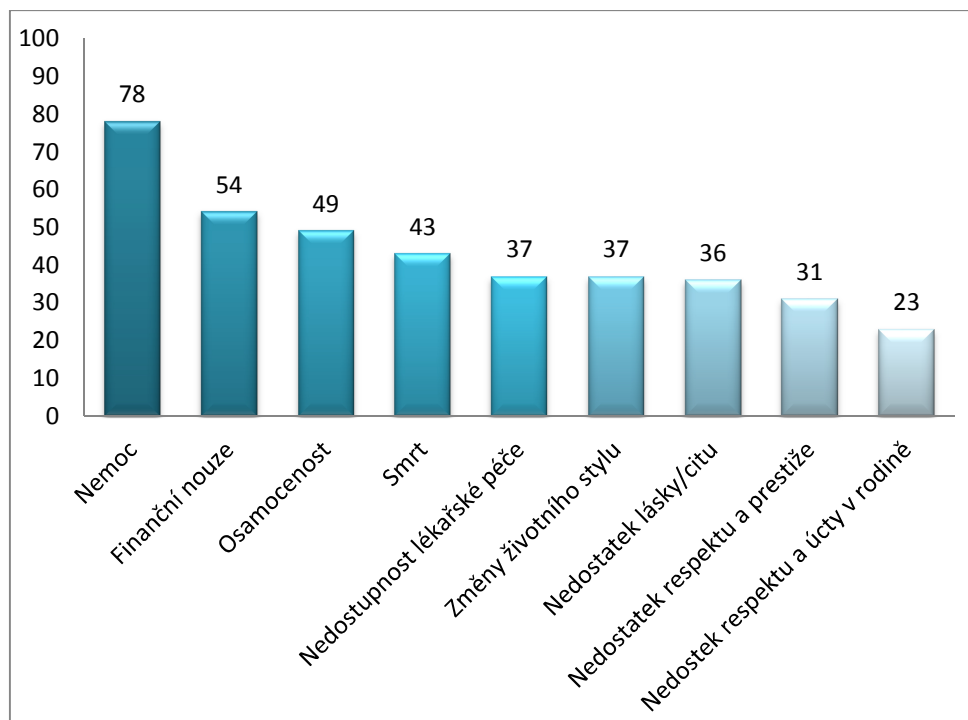
Štilec cituje Kanta z jeho filozofického pojednání Kritika soudnosti: „*K poznání o sobě se člověk musí dopracovat úsilím, poznatky a věkem*“. Dospěl k závěru, že „*stáří je pouze závěrečnou etapou života, o které rozhodujeme celý život svými postoji, jednáním, chováním a celkovou pílí. Jde pouze o vyústění celoživotního snažení* (Kant, 1975, 1. vydání 1790, podle Štilec, 2004, s. 14).

Jak již bylo zmíněno, senioři často trpí samotou v důsledku ztráty sociálních kontaktů. Jednou z nejvíce stresujících záležitostí je odchod do důchodu. Haškovcová popisuje tuto situaci jako „*penzijní smrt*“, která spočívá ve ztrátě programu a každodenní náplně. Zajímavé je, že lidé, kteří zastávali vyšší posty v zaměstnání, se s odchodem do důchodu vyrovnávají obtížněji. Neměli čas na svoje koníčky, práce je plně zaměstnávala a nemají možnost navázat na aktivity, kterým by se dále věnovali (Haškovcová, 2010). V důsledku této životní změny se seniorům zásadním způsobem změnila sociální role. Senioři mají obdobné potřeby jako ostatní lidé, pouze dochází ke změnám oproti jejich předchozí životní fázi. Jedná se o psychické, fyzické a sociální potřeby, které prožívají v souvislosti s monotónním trávením dnů a nadbytkem nestrukturovaného času. „*Všichni mají potřebu být a zůstat platní, prospěšní a užiteční a být za to i uznávaní*“ (Ondrušová, 2011, s. 41). Mezi základní sociální potřeby seniorů patří kontakty, komunikace, společenství s ostatními lidmi a pocit sounáležitosti. V případě nedostatku se člověk cítí osamělý a opuštěný.

2.5 Vnímání stáří současnou společností

V životě každého jedince stáří a role seniora přináší řadu změn, některé jsou i však i pozitivní. Česká populace vidí v životě seniora poměrně mnoho pozitivních prvků, které jsou předností oproti předchozím životním fázím. Sak a Kolesárová poukazují na to, že k nejčastěji uváděným pozitivním skutečnostem spojeným se životem seniora patří disponibilní čas (63 %), kvalita životního stylu (48%), klid a relaxace (15 %) a nemuset chodit do práce (9 %). Menší část populace uvádí jako přednost seniorského věku získané znalosti, moudrost, nadhled, sociální zajištění a život bez dluhů, které jsou již v tomto věku splacené (3 %).

Sak a Kolesárová hledali odpověď na otázku: „*Čeho se česká populace ve spojení se stáří obává?*“ Odpovědi zobrazuje níže uvedený graf 2 (Sak a Kolesárová, 2012, s. 30, 31).



Graf 2: Čeho se česká populace ve spojení se stářím obává?
Zdroj: Sak a Kolesárová, 2012

Z provedeného průzkumu vyplývá, že v souvislosti se stářím má většina české populace větší obavy z osamocení než ze smrti, přitom samota je sociální jev ovlivnitelný a lze proti němu bojovat. Pocit samoty může pramenit ze ztráty dosavadní pozice ve společnosti, v rodině, nedostatku mezilidských citových vztahů, či ze ztráty životního partnera. Při určitém zobecnění lze říci, že pro českou populaci je kvalita mezilidských vztahů na konci jejich života důležitější než vlastní konec života (Sak a Kolesárová, 2012). Největší obavy má česká populace v souvislosti se stářím zcela pochopitelně z nemoci. Někteří lidé se mylně domnívají, že nemoci jsou průvodním jevem stáří. Za poslední desetiletí se medicínské výzkumy a léčba rozvíjejí a zdokonalují, což se pozitivním způsobem odráží i na zdravotním stavu seniorů.

2.6 Sociální exkluze a integrace seniorů

Není žádným tajemstvím, že v současné společnosti převládá kult mládí, krásy, bohatství a síly. Holczerová a Dvořáčková poukazují na to, že jedinci, kteří tyto přednosti nenaplnují a neodpovídají uznávaným normám, nejsou pro společnost přitažliví, a jejich potřeby jsou často opomíjeny. Touto skupinou jsou bezesporu i senioři, kteří jsou obecně více ohroženi sociální exkluzí než mladší generace. Na vzniku a míře sociální exkluze se podílí zejména zdravotní,

psychické a sociální faktory, které se vzájemně prolínají a ovlivňují se. Konkrétně se jedná o zhoršený zdravotní stav, sníženou mobilitu, pokles fyzické i duševní výkonnosti, omezené finanční zdroje, horší informovanost, nižší míra využívání mobilních technologií, nezájem mladší generace apod. (Holczerová a Dvořáčková, 2013).

Touto problematikou se zabývá také Helena Haškovcová, která uvádí, „že sociální exkluze, neboli vyloučení, se týká občana nebo skupiny občanů, kteří se ocitli na okraji života většinové společnosti. Toto vyloučení se může týkat samozřejmě i stárnoucích i starých lidí. S postupem věku se staří lidé setkávají s věkovou diskriminací v souvislosti s malým či nulovým zájmem na trhu práce. Senioři pobírající starobní důchod jsou nezřídka separováni od mladé dynamické generace. Pokud senioři žijí sami, může sociální exkluzi způsobit ztráta kontaktů jak s vrstevníky, tak s mladší věkovou kategorií. Ti, kdo žijí v domech pro seniory, mohou strádat syndromem uzavřené komunity“ (Haškovcová, 2012, str. 151).

Jak již bylo uvedeno výše, zdraví je pro každého člověka nejvýznamnějším činitelem kvality jeho života, přičemž schopnost vzdorovat chorobám a zdravotním postižením se s přibývajícím věkem postupně snižuje.

Internetový magazín Tip Senior uvádí, že významný vliv na sociální izolaci seniorů má psychický stav a psychické poruchy, které mohou souviset s některým typem demence. V období stáří dochází ke snížení psychické odolnosti a adaptability vůči změnám. Senioři se hůře vyrovnávají s krizovými a problémovými situacemi jako např. úmrtím partnera, blízkých přátel, zhoršující se zdravotním stavem a s tím související nemožnost vykonávat oblíbené činnosti. Výrazný vliv na psychiku seniora má i odloučení od dětí, které bývají vzdálené, nemají čas a často ani zájem a nejsou schopni leckdy ani ochotni se o své staré příbuzné postarat. Samotní senioři hodnotí z hlediska kvality života osamocený způsob života silně negativně. Projevuje se u nich negativismus, depresivní stavy, pocity úzkosti, pasivita, odevzdanost a touha zemřít (Seniortip [online], b.r.).

Téměř pětina seniorů postrádá smysluplnou náplň svého volného času a s tím souvisí i nedostatečná motivace k provozování jakékoliv aktivity (Holczerová a Dvořáčková, 2013). Všechny tyto aspekty se negativně projevují na celkové kvalitě života seniorů.

Haškovcová popisuje integraci seniorů jako jejich zapojení do života většinové společnosti, která na ně poté, co odešli do starobního důchodu, nezřídka „zapomíná“. I starší, staří a dokonce i nemocní staří lidé jsou integrální součástí společnosti a není vhodné je

vydělovat nebo neoprávněně opomíjet (Haškovcová, 2012). Integrace seniorů je zaměřena na jejich posílení sociální role, aby byli aktivními a plnohodnotnými členy společnosti, je nutné jim zajistit sociální, politickou i ekonomickou participaci na životě společnosti. Aktivní účast seniorů na životě společnosti má velký význam nejen pro ně samotné, ale i pro společnost. Seniori nabízejí velké množství celoživotních zkušeností a znalostí.

Zajištění dodržování a ochrana lidských práv seniorů je základní myšlenka Národního akčního plánu podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 – 2017, který vydalo Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR. Jeho vznik byl iniciován z důvodu zranitelnosti seniorů především v pokročilém věku, kdy jim musí být zajištěno právo na respekt, právo na důstojné zacházení, na důstojný život a právo na participaci ve společnosti. Národní akční plán je zaměřen především na rozvoj celoživotního učení, zaměstnávání starších pracovníků a seniorů, dobrovolnictví a mezigenerační spolupráci, zajištění kvalitního prostředí pro život seniorů, vytvoření podmínek pro zdravé stárnutí a péče o nejkřehčí seniory s omezenou soběstačností. *„Aktivizovat seniory lze prostřednictvím multigeneračních center, poradenských pozic při úřadech práce a nemocnicích, informačních kampaní a především skrze spolupráci se seniorskými a proseniorskými organizace a s neziskovým sektorem obecně. K aktivizaci je nezbytná podpora seniorů a posilování jejich sebedůvěry ve vlastní schopnosti, a to hned v počáteční fázi rozhodování, zda se do aktivit zapojí či nikoliv“* (Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR [online], 2014).

Podle Národního akčního plánu v oblasti zdravého stárnutí je zdravý životní styl a prevence nemoci jako základní předpoklad pro zvýšení kvality a prodloužení aktivního života ve stáří. Zdraví, integrace a participace jsou vzájemně velice úzce spjaté a provázány. Zdraví je základním předpokladem pro podílení se na společenských aktivitách společnosti. Podpora sociální integrace a participace má pozitivní vliv na zdravotní stav aktivních seniorů. *„Pro zajištění plné integrace seniorů je zásadní minimalizovat (negovat) přetrvávající negativní postoje společnosti ke stárnutí. Stárnutí populace je většinou prezentováno pouze v kontextu zvyšujících se nákladů na zdravotní a sociální péči a rostoucích nároků na důchodový systém. Přínos seniorů pro občanskou společnost není dostatečně zdůrazňován. Všichni relativní aktéři by se proto měli podílet na vytváření pozitivního obrazu stárnutí a seniorů“* (Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR [online], 2014).

2.7 Zdravé stárnutí seniorů a jejich aktivizace

Mezi sociální cíle Evropské unie patří mimo jiné i snížení počtu osob se sociálním vyloučením. Česká republika je zapojena do dlouhodobé koncepce Evropského programu „Stárnout zdravě v Evropě“ (Ageing well Europe), která obsahuje principy zdravého stárnutí a na kterou navazují projekty „Stárnout zdravě v České republice“ a „Národní program přípravy na stárnutí“. Prioritou těchto programů je, aby senioři byli pokud možno co nejdéle aktivní, udržovali svou fyzickou i psychickou kondici tak, aby byli prakticky soběstační. Soběstační aktivní senioři v dobré kondici lépe odolávají případným nemocem a nezastírejme, že nemocní nebo nesoběstační senioři jsou ve všech zemích značným ekonomickým problémem.

Důležitost aktivního stárnutí byla potvrzena Světovou zdravotnickou organizací koncem devadesátých let dvacátého století. Tento pojem se netýká pouze zdraví a péče o zdraví, ale vytváří širší rámec, který vychází ze zásad Organizace spojených národů. Na zdravé stárnutí seniorů musíme pohlížet holisticky. Primárně se důraz klade na zdraví, nicméně na zdravém stárnutí se významnou měrou podílí i stravovací návyky, životní prostředí, dušení a fyzická aktivita, alkohol, tabák a užívání léků.

Jak již bylo zmíněno, prvotním předpokladem úspěšného a aktivního stárnutí je zdraví. V kapitole č. 2.5 Vnímání stáří českou společností bylo zmíněno, že česká populace má podle provedených průzkumů největší obavy v souvislosti se stářím z nemocí. Zdraví je pro ně prioritou, protože je do jisté míry zárukou soběstačnosti a seberealizace. Heřmanová k této problematice uvádí, že *„zdraví je významnou součástí (a povětšinou i nutnou podmínkou) kvalitního a plnohodnotného života; je uváděno na čelních místech žebříčků životních hodnot a zpravidla je bráno i jako určitá předpokládaná samozřejmost. Je nezpochybnitelné, že podporou individuálního zdraví, ať již fyzického nebo duševního, lze zvyšovat objektivní i subjektivní pocíťovanou kvalitu života, a to zejména ve smyslu a pocitu soběstačnosti, schopnosti pohybu a práce, nezávislosti na jiných lidech apod.“* (Heřmanová, 2012, s. 63).

Kvalitou života se zabývá i Šimková, která uvádí, že jde subjektivní hodnocení každého jedince a vypovídá o tom, jak se daný jedinec sám cítí, kde žije a jaký vede život. S kvalitou života souvisí i životní úroveň, která bývá měřena ekonomickými a sociálními ukazateli. Někdo může mít životní úroveň vysokou, ale přitom nízkou kvalitu života a naopak. Kvalita života tedy zcela nesouvisí s životní úrovní (Šimková, 2007).

Prevenčí sociální exkluze seniorů je bezesporu zdravé, aktivní a úspěšné stárnutí. Tyto tři pojmy spolu velice úzce souvisí. Co si můžeme tedy pod těmito pojmy představit? Ve své podstatě znamenají všechny tyto výrazy zachování si svých dosavadních zájmů, udržení se v aktivitě s nutnou rovnováhou nezbytného odpočinku, uspořádání si činností tak, aby zahrnovaly jak duševní tak i fyzickou aktivitu, být stále otevřený k novým poznatkům, usilovat o adaptaci na nové požadavky, udržovat stávající a navazovat nová přátelství, pomáhat při výchově vnoučat, mít radost z běžných věcí a vyhýbat se emočně vypjatým situacím.

Problematikou zdravého stárnutí se zabývá také Holczerová a Dvořáčková, které uvádějí, že zdravé a aktivní stárnutí pro jedince znamená zajistit si dobrou kvalitu života v rámci svého prostředí, kde žijí v souvislosti s jejich potřebami a požadavky. Jedná se o individuální životní standard. Autorky vnímají aktivní stárnutí jako nezávislost a soběstačnost, účast na životě společnosti, důstojnost, péče a seberealizace. Aktivní stárnutí přispívá k eliminaci rizika vyčleňování a k posílení integrace seniorů do společnosti na úrovni občana, obyvatele obce, účastníka ekonomických, kulturních a jiných aktivit, včetně aktivit rodinného charakteru. Z hlediska jedince se jedná o způsob života, kdy se neprojevují nebo jsou minimalizovány důsledky vyplývající ze zhoršujícího se zdravotního stavu, menších ekonomických a finančních možností seniorů vzniklých v souvislosti s odchodem do důchodu a úbytkem sociálních kontaktů (Holczerová a Dvořáčková, 2013).

O aktivitě ve stáří rozhodují čtyři dimenze, které výrazně ovlivňují kvalitu života seniorů. Jedná se o společenskou atmosféru, individualitu člověka, zdravotní stav a nabídka možností, které senior může pro zkvalitnění svého života využívat. Holczerová a Dvořáčková poukazují na to, že pokud člověk zvládl aktivně předcházející fázi života, je velká pravděpodobnost, že prožije i stáří aktivním způsobem. *„Čím aktivnější člověk byl a co více vědomě žil svůj život, o to se lépe bude v pozdějších letech vyrovnávat s nároky života jako např. přechod do důchodu, hledání nových úkolů, vyrovnání se se ztrátou blízkých, vlastními omezeními a krizemi, péče o nemocné blízké atd.* (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s. 32). Podobně na aktivní stáří nahlíží i Hasmanová – Marhánková, která aktivní stáří prezentuje jako nepřetržitý proces spočívající v konání správných rozhodnutí v průběhu celého života s cílem eliminovat rizika, ke kterým by v budoucnu mohlo eventuálně dojít (Hasmanová – Marhánková, 2013).

K hlavním nástrojům prodloužení aktivního života patří zdravý způsob života, prevence onemocnění a posilování funkčního zdraví. Jedním ze závažných stresujících jevů v životě seniorů je odchod do důchodu. Mění se životní stereotypy, dochází ke ztrátě sociálních kontaktů a snižují se finanční zdroje. Sak a Kolesárová uvádějí, že *„ukončení pracovní aktivity v jednom okamžiku zasáhne do neformálních sociálních jevů a procesů. Sociální pole seniorů se náhle výrazně promění, všechny jeho prvky, které vyplývaly z profesní pozice a pracovní aktivity náhle v sociálním poli nejsou. Tento fakt může seniorovi přinést ulehčení, ale také sociální frustraci, pocit izolovanosti, marginalizace a zbytečnost* (Sak a Kolesárová, 2012, s. 99, 100). K této problematice Holczerová a Dvořáčková uvádějí, že *„být aktivní znamená být pozitivní, otevřený novým věcem a nebát se jít jim vstříc. Znamená to také využívat smysluplně svůj volný čas, dbát o své zdraví a udržovat bystrou mysl. Aktivní stárnutí znamená i rozšiřovat stále své obzory a dělit se o to s ostatními lidmi. Aktivní přístup umožňuje vidět svět veselejšíma očima, poznávat nové lidi a zdolávat nové výzvy“* (Holczerová a Dvořáčková, 2013, s 25).

Jako podporu aktivního stárnutí lze chápat i pořádání specializovaného veletrhu pro plnohodnotný a aktivní život FOR SENIOR. V roce 2015 se uskutečnil v Praze ve dnech 9. až 12. dubna. Jedná se o jediný odborný veletrh v Čechách zaměřený na seniory. Průřez vším, co seniorům zpříjemní a usnadní život, zastoupení svazů a společností sdružujících odborníky, praktické ukázky pomůcek pro seniory, odborný doprovodný program – konference, workshopy, setkání odborné i laické veřejnosti a rozsáhlá mediální kampaň.

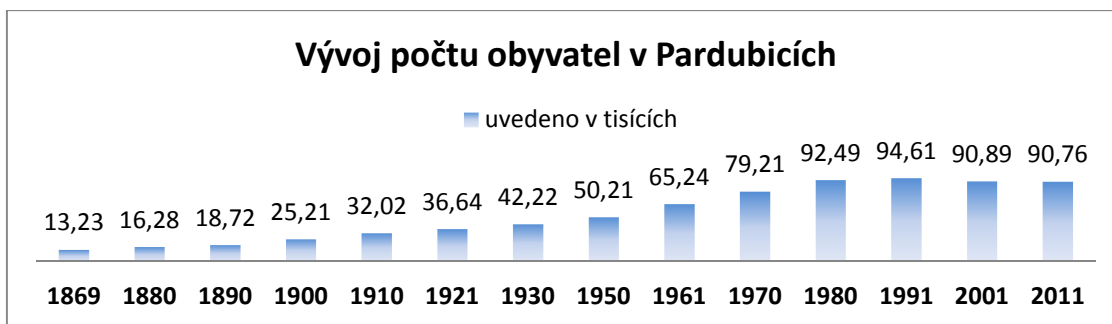
3 Senioři jako součást komunitního plánování v Pardubicích

Podle Národního akčního plánu pro zdravé stárnutí mají velký význam v rozvoji zdravých podmínek pro aktivní život seniorů místní samosprávy, které by se v rámci své samostatné působnosti měly zabývat všestranným rozvojem svého území a potřebami svých občanů. *„Zapojení seniorů do komunitního života obohacuje život dané komunity, přináší ji stabilitu a možnost využívat celoživotní moudrosti pro komunitní práci“* (Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR [online], 2014). Nicméně v zákoně č. 128/2000 Sb., o obcích, není konkrétně vymezena působnost obcí v oblasti cestovního ruchu. Pouze v § 49 a 50 je uvedeno právo obce být členem svazku obcí za účelem prosazování svých společenských zájmů, zejména v oblastech školství, sociální péče, zdravotnictví, kultury, požární ochrany, veřejného pořádku, ochrany životního prostředí, cestovního ruchu a péče o zvířata (Zákony pro lidi [online], 2015).

Podle Národního akčního plánu pro zdravé stárnutí *„je pro seniory participace na společenských aktivitách důležitá z hlediska navazování nových vztahů, budování si úcty respektu a pocit užitečnosti prostřednictvím vlastní seberealizace. Navíc tak dochází k posilování sociální integrace a společenské koheze“*. Strategickým cílem Národního akčního plánu je zvyšovat aktivní zapojení seniorů do komunitního plánování prostřednictvím účasti při diskusi nad důležitými opatřeními týkajícími se obyvatel měst a obcí (Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR [online], 2014).

Město Pardubice patří mezi deset největších městům v České republice. K 31. 12. 2013 mělo celkem 89 432 obyvatel a z toho jich bylo 17 680 ve věku 65 a více let, což je 19,8 % obyvatel. Pokud bychom připočetli věkovou skupinu 60 – 64 let, což je 3 232 obyvatel, tak lidé starší 60 let tvoří 23,4 % všech obyvatel města, čímž se řadí na třetí místo v ČR s nejstarší populací.

Ke dni 1. 1. 2015 mělo město Pardubice celkem 85 974 obyvatel. Z uvedených údajů a níže uvedeného grafu 3 vyplývá, že od roku 1991 dochází k trvalému poklesu počtu obyvatel, který byl zapříčiněn zejména oddělováním okrajových částí města probíhajícími na počátku 90. let, úbytkem přirozenou migrací a v důsledku propadu porodnosti. Nicméně populační vývoj města Pardubice odpovídá hlavním tendencím vývoje v rámci celé České republiky.



Graf 3: Vývoj počtu obyvatel v Pardubicích od roku 1869 do roku
Zdroj: Český statistický úřad, Sčítání lidí, domů a bytů

Z demografického průzkumu zpracovaného pro statutární město Pardubice v roce 2013 vyplývají tyto závěry:

- v rámci budoucího vývoje se předpokládá zvýšení úrovně plodnosti a migrační atraktivita,
- počet obyvatel města Pardubic s největší pravděpodobností významně neporoste,
- hlavní roli na vývoji bude mít migrace, která je ale velmi nestabilní a zcela závisí na vnějších vlivech, jako je hospodářský a politický vývoj, celková atraktivita sídla a zejména příležitosti pro bydlení,
- v případě zohlednění pouze přirozené výměny by došlo k poklesu obyvatel až na 74 tisíc, tedy přirozenému vymírání,
- obyvatelstvo Pardubic zestárne, celá jedna třetina osob (33 %) bude starších 60 let, nejvíce poroste skupina osob starších 85 let, která je nejvíce závislá na pomoci druhých,
- dnes připadá na 1 seniora 2,3 osoby v produktivním věku, v roce 2040 to bude pouze 1,7 osob,
- pomyslné nůžky mezi předproduktivní a poproduktivní skupinou se budou stále více rozevírat, a to ve prospěch starších generací (Demografie města Pardubic, 2013).

Podle Prognózy vývoje početního stavu a pohlavní a věkové struktury obyvatelstva statutárního města Pardubic zpracované na období od roku 2013 do 2050 „*bude obyvatelstvo Pardubic po celé období prognózy dynamicky stárnout, neboť kromě celkového počtu obyvatel se bude zásadním způsobem měnit také jejich věková struktura. Bude to přímý důsledek existujících nepravidelností výchozí struktury a očekávaného režimu reprodukce. Průměrný věk obyvatel Pardubic, který je významně vyšší než v případě obyvatel České republiky, plynule poroste. Výrazné změny vnitřní struktury dětí a mládeže ve věku přípravy*

na zaměstnání v Pardubicích budou srovnatelné se změnami jednotlivých parametrů na celostátní úrovni. V případě seniorů se jejich vnitřní věková struktura bude měnit méně dynamicky, neboť podíl seniorů včetně těch nejstarších je v Pardubicích nadprůměrný a jeho budoucí vývoj se tak bude odvíjet od vyššího základu“ (Burcin, Čermák a Kučera, 2014, s. 41).

V rámci integrace a aktivizace seniorů je velice důležité komunitní plánování statutárního města. Samospráva statutárního města Pardubice se snaží o prosazování aktivního života svých seniorů, má zájem flexibilně reagovat na jejich potřeby a preference, respektovat jejich životní styl, snaží se o začlenění seniorů do místních komunit, realizuje specifické programy plánované cíleně pro seniory, což představuje nejúčinnější nástroj vedoucí ke změnám či podpoře zdravotního životního stylu seniorů ve městě. Snaží se být co nejvíce přátelským městem svých seniorů, zlepšovat příležitosti pro jejich aktivitu, zdraví, bezpečí a pohodu, zapojuje je do řešení otázek rozvoje města s ohledem na jejich specifické potřeby.



Obrázek 5: Podporované oblasti v rámci přátelského města seniorům
Zdroj: Přátelská města seniorům

Aktivizační a participační aktivity ve městě mají bohatou historii a jsou koordinovány zaměstnancem Magistrátu města Pardubice. Práce se seniory ve městě je položena na třech pilířích, kterými je Rada seniorů, Kluby seniorů a Seniorcentrum Pardubice.

3.1 Seniorcentrum Pardubice

Seniorcentrum vzniklo v Pardubicích v roce 1998 jako zařízení určené pro vytváření podmínek k zdravému stárnutí pardubických seniorů. Napomáhá seniorům vést kvalitní život, umožňuje zúčastnit se plného a aktivního společenského života, usiluje o životní styl, který respektuje objektivní požadavky seniorského věku a ve svém důsledku napomáhá seniorům prodloužit si věk prožívaný v úplném zdraví s pocitem spokojenosti. Hasmanová–Marhánková uvádí, „že vytvoření nových prostorů pro aktivní trávení času po odchodu do důchodu a podpora služeb, které umožní seniorům se dále vzdělávat a setkává, je bezpochyby vítanou změnou otevírající seniorům možnosti specifické formy seberealizace“ (Hasmanová–Marhánková, 2013, s. 101).

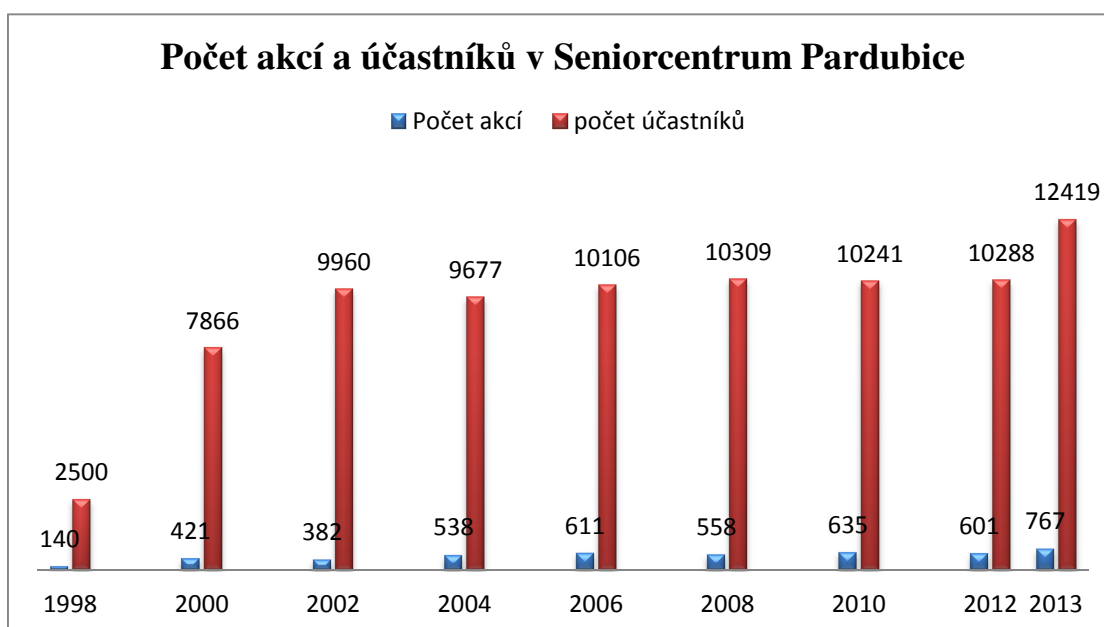
Program Seniorcentra probíhá prioritně v těchto oblastech:

- Zájmové aktivity - kroužky paličkování, tance, pěvecký kroužek, sbor Návrat a kroužek turistů.
- Péče o zdraví - kroužky tělocviku a jógy zaměřených na rekondiční cvičení a jako prevence seniorských tělesných obtíží.
- Vzdělávací aktivity - jazykové kurzy angličtiny a němčiny, cestopisné a zdravotní přednášky, literární „Studánky“, hudební ukázky předních skladatelů a trénink paměti.
- Společenské aktivity - pravidelné setkávání u harmoniky, při hudbě, na oslavách jubilatů, na plese seniorů, na mikulášských a silvestrovských zábavách, nedělní odpolední „Čaje“.
- Přednášková činnost – pořádání přednášek na různá témata, např. zdraví, cestování, právo, práva spotřebitelů apod.
- Sportovní aktivity - gymnastika, zdravotní cvičení, cvičení rehabilitační a dle metody Mojžíšové, jóga pro začátečníky a pokročilé, čínské tradiční cvičení, taneční kroužek, kroužek Nordic walking, k dispozici mají senioři plavky do Aquacentra v Pardubicích.

Každý měsíc senioři společně vytváří měsíční program Seniorcentra, který obsahuje jednotlivé akce pravidelně se opakující v týdenním, měsíčním nebo delším intervalu. Senioři mají k dispozici bezplatnou právní poradnu. Pořádají se pravidelné nedělní taneční čaje a každoročně Ples seniorů, jarní a podzimní setkání jubilatů, literární přednášky „Studánky“, senioři mají k dispozici vstupenky na kulturní a společenské akce, předplatné časopisu Revue 50+ a bezplatný přístup na internet v Seniorcentru.

Již po osmé se v Pardubicích bude konat Týden pro seniory nesoucí podtitul „Věk není překážkou“, což je vyvrcholení celoroční práce se seniory a také příležitost jak dát seniorům najevo, že si jich město váží a že s nimi stále „počítá“. V rámci této akce bude procházka městskou památkovou rezervací s historikem Františkem Šebkem či ukázka policejní práce v Seniorcentru. V rámci Týdne pro seniory si senioři mohou vyzkoušet práci kriminalisty a připraveno je i posezení se se zajímavou osobností (Města přátelská seniorům [online], 2015).

Senioři, kteří navštěvují Seniorcentrum, nemusí být organizováni v klubech seniorů. Programová činnost je velmi pestrá a sami senioři natočili, sestříhali a ozvučili dokument ze života seniorů v Pardubicích.



Graf 4: Počet akcí a účastníků v Seniorcentru Pardubice
Zdroj: Vlastní zpracování

3.2 Rada seniorů

Rada seniorů vznikla v roce 1999 jako poradní orgán Rady města Pardubic. Má 7 členů z řad seniorů. Členové rady jsou navrženi kluby seniorů a jmenováni Radou města Pardubic na dvouleté období. Rada seniorů se zabývá řešením otázek z oblasti životního prostředí, dopravy, rozvoje města, bydlení, zdravotní péče a bezpečnosti. Rada seniorů se schází podle potřeby, většinou jedenkrát měsíčně. Má možnost se vyjadřovat k veřejným věcem města. Reaguje na podněty z řad veřejnosti, je možné obracet se na ně s jakýmkoli problémem z okolí seniorů, který by měl být řešen.

3.3 Kluby seniorů

Jedná se o historicky nejstarší složkou participace seniorů na životě města už skoro 40 let. Na území téměř celého města působí 28 klubů seniorů, které se schází ve čtyřech nebytových prostorách města. V roce 2013 bylo evidováno v klubech seniorů 1109 seniorů, což je přes 6 % všech seniorů města. Kluby seniorů vyvíjejí činnost dle požadavků a dohody svých členů. Často se jedná o kluby, kde členové vykonávali stejnou profesi (učitelé, chemici atd.). Do klubu se může přihlásit každý senior. Schůzky probíhají pravidelně na adresách Seniorcentrum, Pospíšilovo náměstí 1693; Kulturní dům Slovan, Krátká 673; Kulturní dům Dubina, Erno Košťála 1014 a Kulturní dům Bělehradská, Bělehradská 379, Pardubice.

4 Metodologie výzkumného šetření

Obsah této kapitoly tvoří výzkumný problém, hypotézy, strategie výzkumného šetření, výzkumný nástroj, charakteristika výzkumného souboru a v závěru jsou uvedeny výsledky empirického šetření a jejich interpretace

4.1 Výzkumný problém

Teoretická část práce se zabývá sociálním cestovním ruchem seniorů, obdobím stáří v souvislosti se sociální exkluzí, podporou zdravého stárnutí a integrací seniorů prostřednictvím aktivní účasti na cestovním ruchu. Samospráva statutárního města Pardubic podporuje zdravé stárnutí, snaží se o rozvoj zdravých podmínek pro aktivní život seniorů žijících v Pardubicích a má zájem se zabývat všestranným rozvojem svého území a vnímat potřeby svých občanů.

Cílem výzkumné části bakalářské práce je zjistit potřeby a zájem seniorů žijících v Pardubicích o aktivity v oblasti cestovního ruchu.

Závěry bakalářské práce budou prezentovány statutárnímu městu Pardubice jako doporučení pro plánování aktivit v oblasti cestovního ruchu pro seniory žijící v Pardubicích a vytvoření koncepce rozvoje sociálního cestovního ruchu.

Výzkumný problém bakalářské práce: **„Jaký je zájem seniorů žijících v Pardubicích o aktivity v oblasti cestovního ruchu?“**

4.2 Hypotézy

Pro výzkumné šetření byly stanoveny tyto hypotézy:

H1: Nadpoloviční většina respondentů má zájem o pořádání akcí Seniorcentrem Pardubice v oblasti cestovního ruchu 1x čtvrtletně.

Cestovní ruch zahrnuje aktivity osob cestujících ve volném čase mimo jejich obvyklé prostředí nebo pobývajících na těchto místech ne déle než jeden rok za účelem zábavy, rekreace, vzdělávání a dalších činností. Indrová a kolektiv mimo jiné uvádí, „že účast na cestovním

ruchu ve velké míře přispívá ke zmírnění negativních aspektů vyššího věku a ke zkvalitnění života seniorů“ (Indrová a kol., 2008, s. 39). V případě potvrzení zájmu nadpoloviční většiny respondentů bude Seniorcentrum Pardubice pořádat 1x čtvrtletně akce v oblasti cestovního ruchu. Tuto domněnku potvrdí nebo vyvrátí otázka č. 7, 8 a 12.

H2: Nadpoloviční většina respondentů považuje za hlavní důvod cestování navazování nových přátelství.

Jak již bylo zmíněno, cestování se výrazným způsobem podílí na kvalitě života seniorů. Sami senioři uvádějí cestování jako třetí nejoblíbenější možnost trávení volného času. Jedním z motivačních důvodů cestování je i navazování nových přátelství. Podle Národního akčního plánu pro zdravé stárnutí *„je pro seniory participace na společenských aktivitách důležitá z hlediska navazování nových vztahů, budování si úcty respektu a pocit užitečnosti prostřednictvím vlastní seberealizace (Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR [online], 2014). Tuto domněnku potvrdí nebo vyvrátí otázka č. 4, 9 a 11.*

4.3 Výzkumný nástroj a výzkumný soubor

Šetření bylo provedeno prostřednictvím kvantitativně orientovaného výzkumu formou anonymního dotazníku. Gavora uvádí, že *„kvantitativní výzkum pracuje s číselnými údaji, zjišťuje množství, rozsah nebo frekvenci výskytu jevů. Kvantitativní výzkum ve většině případů ověřuje existující pedagogickou teorii – poznatky, které jsou známy o pedagogickém jevu“ (Gavora, 2000, s. 31 a 32). Dotazník obsahuje 14 uzavřených otázek, kdy respondent měl možnost výběru z několika odpovědí. V úvodu dotazníku jsou uvedeny základní informace o zpracovateli, důvod a cíl výzkumného šetření. Dále jsou uvedeny informace, jak postupovat při vyplňování dotazníku.*

Dotazník byl ověřen v rámci provedeného předvýzkumu na 5 oslovených návštěvnících Seniorcentra Pardubice, kteří byli seznámeni s dotazníkem, účelem a cílem práce. Otázky v dotazníku jsou podle těchto seniorů srozumitelné a jasné. Realibilita je ověřena třemi potvrzujícími otázkami u každé z hypotéz.

Gavora uvádí, že *„předmětem výzkumu jsou jevy tj. osoby, věci, procesy“ (Gavora, 2000, s. 59). Všichni lidé, o kterých chce výzkum zjistit informace, se nazývají základní soubor. V případě této bakalářské práce jsou subjekty základního souboru senioři žijící v Pardubicích. Kritériem pro výběr základního výzkumného souboru byl věk seniorů 50 a více let a bydliště*

v Pardubicích. Celkem 70 dotazníků bylo distribuováno v Seniorcentru Pardubice členům Rady seniorů, vedoucím 28 klubů seniorů, kteří zajistili rozšíření dotazníků mezi návštěvníky Seniorcentra Pardubice. Návratnost dotazníků byla 72 %, tj. 54 kusů. Senioři byli vstřícní a aktivně se zajímali o účel bakalářské práce.

Před samotným vyhodnocením dotazníků byly všechny vyplněné dotazníky zkontrolovány po formální stránce, zda-li jsou správně a kompletně vyplněny. Všechny dotazníky splňovaly požadované náležitosti.

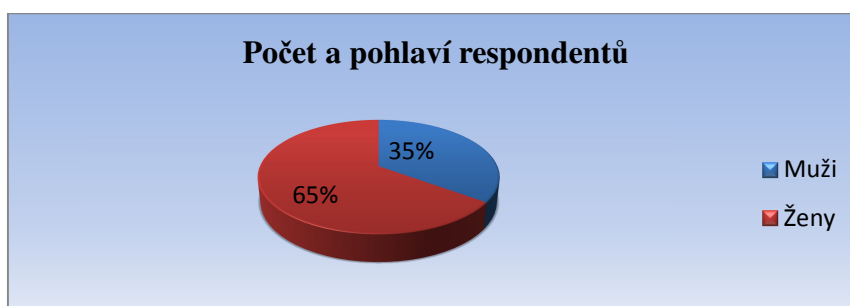
4.4 Výsledky empirického šetření a jejich interpretace

V této části práce jsou prezentována data získaná kvantitativním výzkumem. Získané údaje jsou u každé otázky prezentovány formou tabulkového a grafického zobrazení a dále jsou slovně okomentovány.

Otázka č. 1 - Pohlaví respondentů

<i>Pohlaví</i>	<i>Počet</i>	<i>V procentech</i>
Muži	19	35 %
Ženy	35	65 %
Celkem	54	100 %

Tabulka 2: Pohlaví a počet respondentů
Zdroj: Vlastní zpracování



Graf 5: Počet a pohlaví respondentů
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že provedeného průzkumu se zúčastnilo celkem 54 respondentů, z toho 35 žen, tj. 65 % a 19 mužů, tj. 35 %.

Otázka č. 2 - Věk respondentů

<i>Věk</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
50 – 64 let	13	24 %
65 – 70 let	25	46 %
70 let a více	16	30 %

Tabulka 3: Věkové složení respondentů
Zdroj: Vlastní zpracování



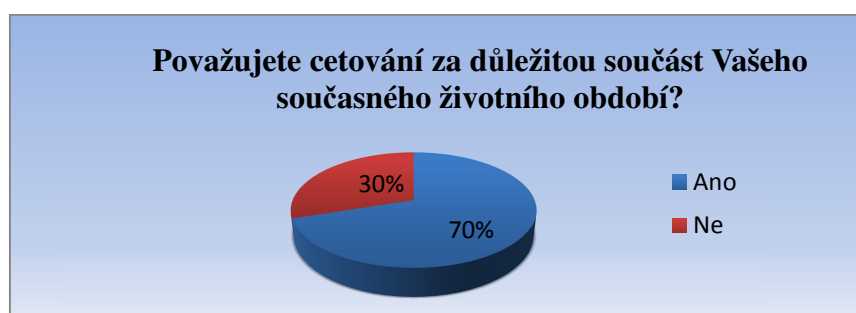
Graf 6: Věkové složení respondentů
Zdroj: Vlastní zpracování

Ze získaných údajů vyplývá, že v dotazníkovém šetření byly zastoupeny všechny věkové kategorie od 50 let výše. Největší zastoupení respondentů tvoří věková skupina od 65 do 70 let, jejichž zastoupení v tomto průzkumu bylo 46%. Věková skupina 70 let a více byla v průzkumu zastoupena 30 % a nejmenší část respondentů byla ve věku 50 až 64 let – 24%.

Otázka č. 3 - Považujete cestování za důležitou součást Vašeho současného životního období?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Ano	38	70 %
Ne	16	30 %

Tabulka 4: Považujete cestování za důležitou součást Vašeho současného životního období?
Zdroj: Vlastní zpracování



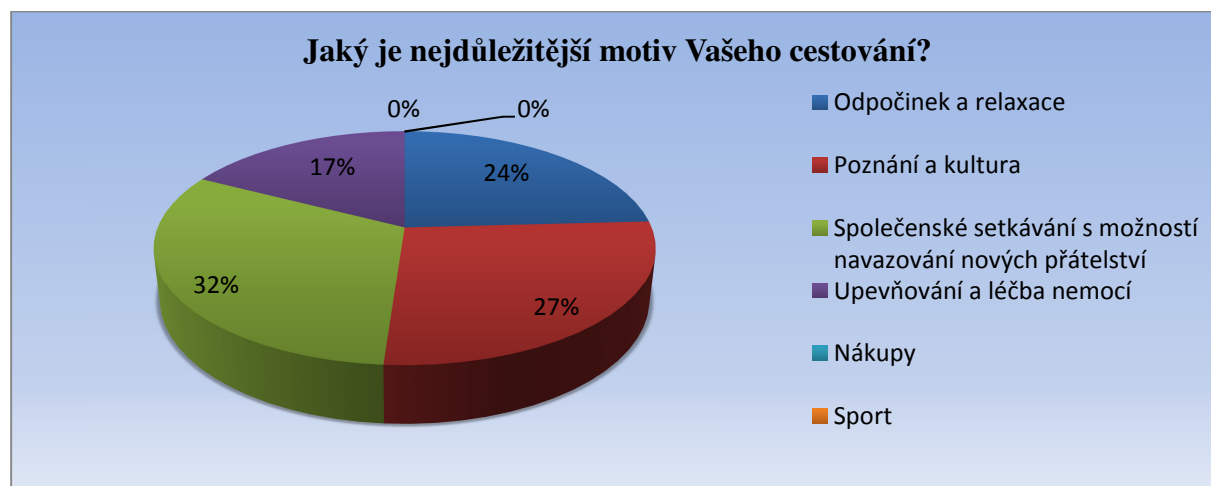
Graf 7: Považujete cestování za důležitou součást Vašeho současného životního období?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že 70 % respondentů hodnotí cestování jako důležitou součást jejich současného životního období. Pro 30 % respondentů není cestování důležité.

Otázka č. 4 - Jaký je nejdůležitější motiv Vašeho cestování? (respondenti mohli označit více možností).

Varianta odpovědi	Počet	V Procentech
Odpočinek a relaxace	23	43%
Poznání a kultura	26	48%
Společenská setkávání s možností navazování nových přátelství	30	56%
Upevňování zdraví a léčba nemocí	17	31%
Nákupy	0	0%
Sport	0	0%

Tabulka 5: Jaký je nejdůležitější motiv Vašeho cestování?
Zdroj: Vlastní zpracování



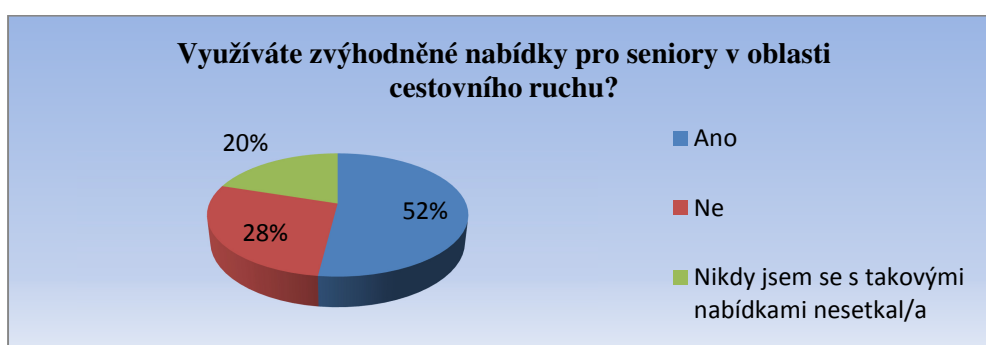
Graf 8: Jaký je nejdůležitější motiv Vašeho cestování?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této odpovědi vyplývají nejdůležitější motivy cestování dotazovaných respondentů. U této otázky mohli respondenti vyplnit více možných odpovědí. Nejdůležitějším motivem cestování jsou společenská setkávání s možností navazování nových přátelství (32 %), dále poznání a kultura (27%) a odpočinek a relaxace (24%). Nákupy a sport nebyly označeny v žádném z dotazníků. S touto otázkou souvisejí i otázky č. 9 a 11, které jsou zaměřeny za zjištění, zda-li senioři navazují při svých cestách nová přátelství a jaké preferují akce pořádané Seniorcentrem Pardubice.

Otázka č. 5 - Využíváte zvýhodněné nabídky určené pro seniory v oblasti cestovního ruchu?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Ano	28	52%
Ne	15	28%
Nikdy jsem se s takovými nabídkami nesetkal/a	11	20%

Tabulka 6: Využíváte zvýhodněné nabídky určené pro seniory v oblasti cestovního ruchu?
Zdroj: Vlastní zpracování



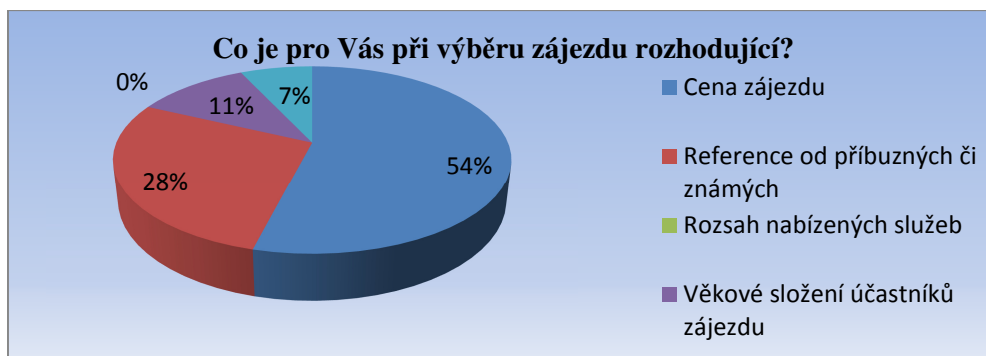
Graf 9: Využíváte zvýhodněné nabídky pro seniory v oblasti cestovního ruchu?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této odpovědi vyplývá, že 52% respondentů využívá zvýhodněných nabídek pro seniory v oblasti cestování, 28% nevyužívá těchto nabídek a 20% respondentů se s těmito zvýhodněnými nabídkami nikdy nesetkalo.

Otázka č. 6 - Co je pro Vás při výběru zájezdu rozhodující?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Cena zájezdu	29	54%
Reference od příbuzných či známých	15	28%
Rozsah nabízených služeb	0	0%
Věkové složení účastníků zájezdu	6	11%
Celkové zabezpečení organizace zájezdu	4	7%

Tabulka 7: Co je pro Vás při výběru zájezdu rozhodující?
Zdroj: Vlastní zpracování



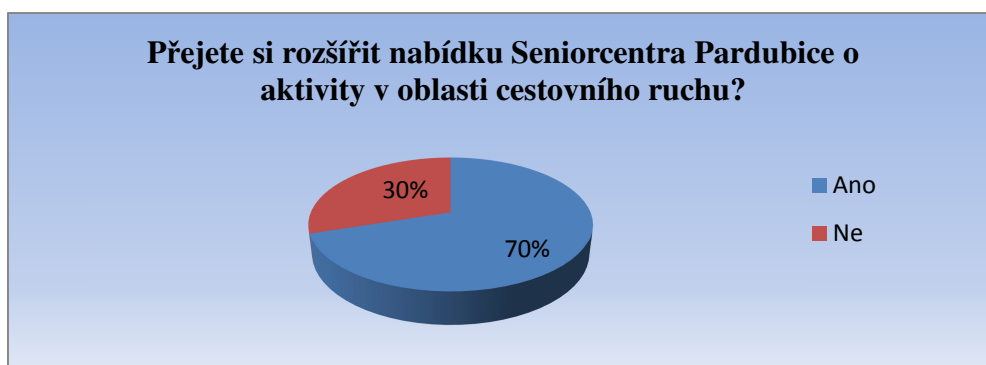
Graf 10: Co je pro Vás při výběru zájezdu rozhodující?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této odpovědi vyplývá, že pro 54% respondentů je nejdůležitějším kritériem pro výběr zájezdu cena zájezdu (54%) a poté reference od příbuzných či známých (28%). Finanční hledisko při výběru zájezdu je nejdůležitějším kritériem, ovšem v souvislosti s předchozí otázkou, která se týkala zvýhodněných cenových nabídek je zřejmé, že pouze 52% respondentů využívá zvýhodněných cenových nabídek určených pro seniory a 20% respondentů se nikdy s těmito zvýhodněnými cenovými nabídkami nesetkalo. Dalším hlediskem pro výběr zájezdu je věkové složení účastníků zájezdu (11%) a celková organizace zájezdu se podílí na výběru 7 %.

Otázka č. 7 - Přejete si rozšířit nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Ano	38	70%
Ne	16	30%

Tabulka 8: Přejete si rozšířit nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu?
Zdroj: Vlastní zpracování



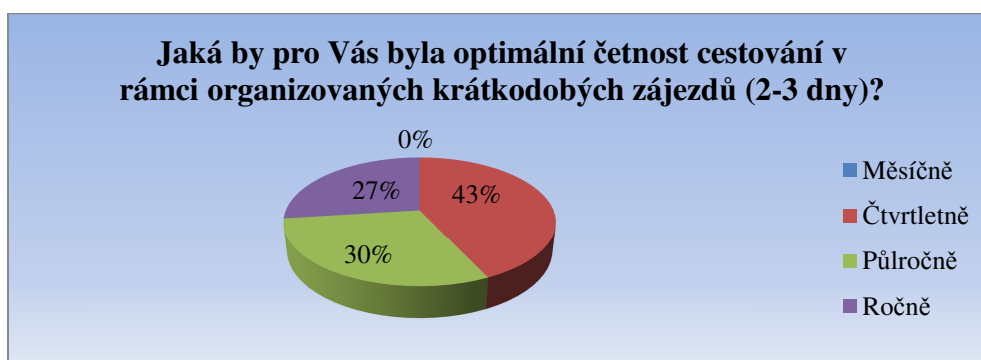
Graf 11: Přejete si rozšířit nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že 70% respondentů, tj. 38 seniorů, si přeje rozšířit nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu. Celkem 30 % respondentů si nepřeje rozšíření nabídku o aktivity v oblasti cestování. Odpovědi na tuto otázku korespondují s odpověďmi na otázku č. 3, „Zda-li senioři považují cestování za důležitou součást jejich životního období“ Na tuto otázku 30 % respondentů odpovědělo, že pro ně cestování není důležité, tudíž zřejmě neusilují o poskytování aktivit v oblasti cestovního ruchu Seniorcentrem Pardubice.

Otázka č. 8 - Jaká by pro Vás byla optimální četnost cestování v rámci organizovaných krátkodobých zájezdů (2 – 3 dny)?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Měsíčně	0	0%
Čtvrtletně	23	43%
Půlročně	16	30%
Ročně	15	27%

Tabulka 9: Jaká by pro Vás byla optimální četnost cestování v rámci organizovaných krátkodobých zájezdů?
Zdroj: Vlastní zpracování



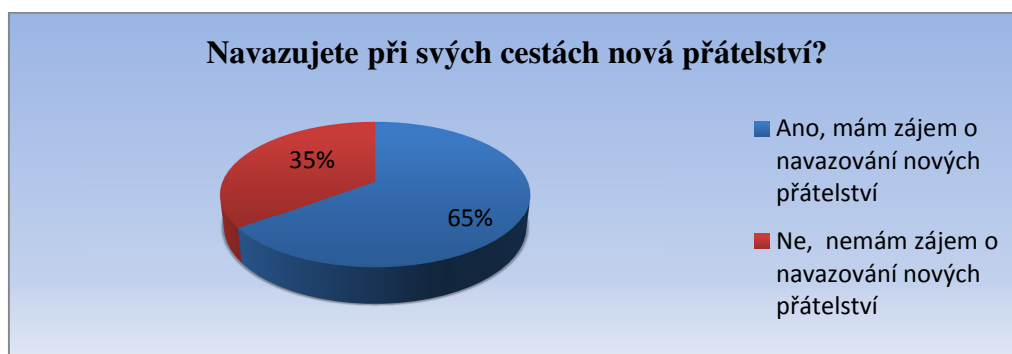
Graf 12: Jaká by pro Vás byla optimální četnost cestování v rámci organizovaných krátkodobých zájezdů?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že neoptimálnější četnost cestování v rámci krátkodobých, tj. 2-3 denních zájezdů pro oslovené respondenty je čtvrtletní (43%), půlroční (30%) a poté roční (27%) četnost. Měsíční četnost nebyla v odpovědích uvedena v žádném případě. Z uvedených údajů vyplývá, že respondenti mají zájem o krátkodobé organizované zájezdy. S touto otázkou souvisí dále otázka č. 12, která zodpovídá otázku, kolikrát by se respondenti zúčastnili zájezdů při zvolené optimální četnosti.

Otázka č. 9 - Navazujete při svých cestách nová přátelství?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Ano, mám zájem o navazování nových přátelství	35	65%
Ne, nemám zájem o navazování nových přátelství	19	35%

Tabulka 10: Navazujete při svých cestách nová přátelství?
Zdroj: Vlastní zpracování



Graf 13: Navazujete při svých cestách nová přátelství?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že 65% oslovených respondentů navazuje při svých cestách nová přátelství a 35 % nemá zájem o navazování nových přátelství. Z těchto odpovědí lze opět odvodit cca 30 % respondentů, pro které není cestování důležitou součástí jejich životního období (otázka č. 3) a tento počet respondentů si ani nepřeje rozšíření nabídky Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu (otázka č. 7). Odpovědi na tuto otázku zároveň potvrzuje otázka č. 4 „Jaké jsou nejdůležitější motivy cestování seniorů“, kde 32 % respondentů odpovědělo, že jsou to společenská setkávání s možností navazování nových přátelství.

Otázka č. 10 - Jaké preferujete druhy zájezdů?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V procentech</i>
1 denní	10	19%
2 – 3 denní	22	40%
4 – 5 denní	3	6%
6 – 8 denní	5	9%
Více denní	14	26%

Tabulka 11: Jaké preferujete druhy zájezdů?
Zdroj: Vlastní zpracování



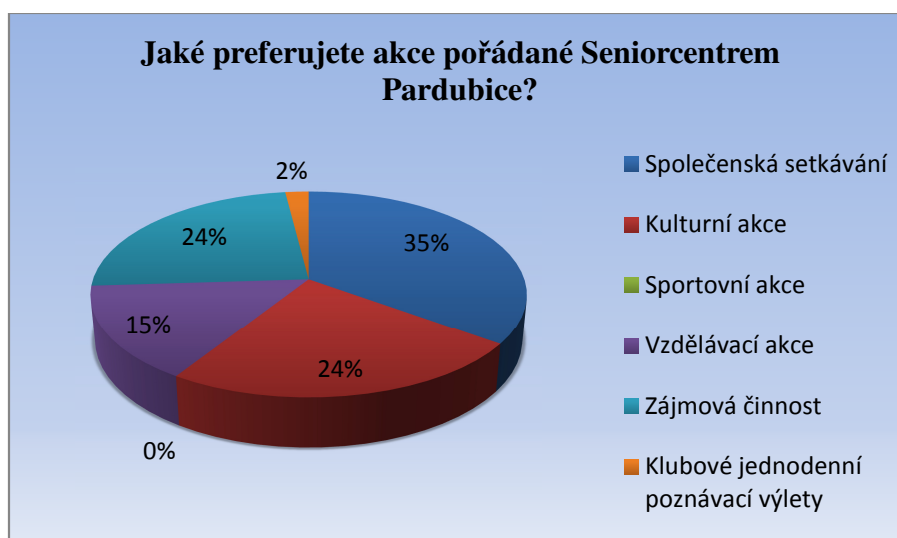
Tabulka 12: Jaké preferujete druhy zájezdů?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že 40% oslovených respondentů preferuje krátkodobé 2-3 denní zájezdy, 26% respondentů preferuje vícedenní zájezdy (více než 8 dnů) a jednodenní zájezdy preferuje 19% respondentů. V tomto případě ovšem již nelze hovořit jako o cestování, protože jednodenní cesty nesplňují definici cestování.

Otázka č. 11 - Jaké preferujete akce pořádané Seniorcentrem Pardubice?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Společenská setkávání	19	35%
Kulturní akce	13	24%
Sportovní akce	0	0%
Vzdělávací akce	8	15%
Zájmová činnost	13	24%
Klubové jednodenní poznávací výlety	1	2%

Tabulka 13: Jaké preferujete akce pořádané Seniorcentrem Pardubice?
Zdroj: Vlastní zpracování



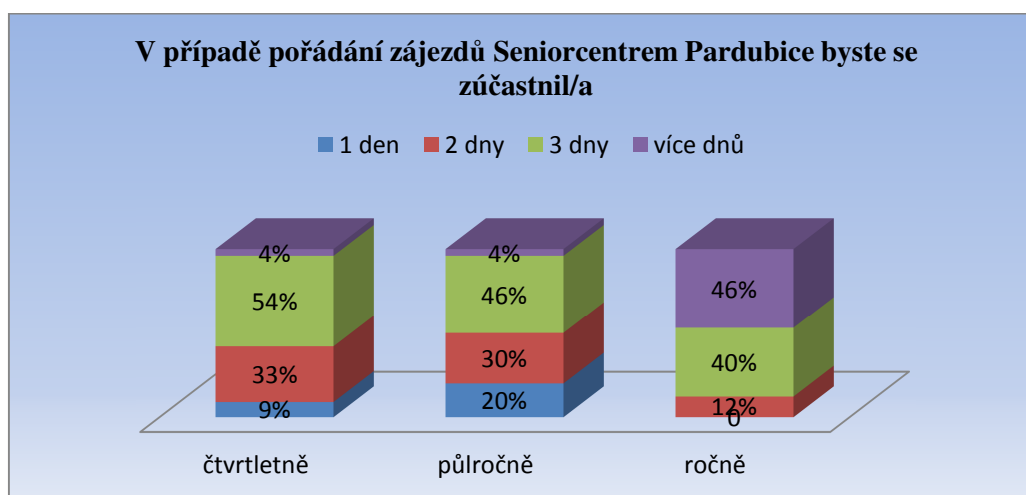
Tabulka 14: Jaké preferujete akce pořádané Seniorcentrem Pardubice?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že 35% oslovených respondentů preferuje společenská setkávání, které pořádá Seniorcentrum Pardubice, dále 24 % preferuje kulturní akce a se stejnými procenty i zájmovou činností. Z uvedeného je zřejmé, že většina oslovených respondentů využívá služeb Seniorcentra Pardubice z důvodu společenských setkávání.

Otázka č. 12 - V případě pořádání zájezdů Seniorcentrem Pardubice byste se zúčastnil/a

Počet dnů zájezdu	Měsíčně		Čtvrtletně		Půlročně		Ročně	
	Počet	%	Počet	%	Počet	%	Počet	%
1 den	0	0%	5	9%	11	20%	0	0%
2 dny	0	0%	18	33%	16	30%	7	12%
3 dny	0	0%	29	54%	25	46%	22	40%
Více dnů	0	0%	2	4%	2	4	25	46%

Tabulka 15: V případě pořádání zájezdů Seniorcentrem Pardubice byste se zúčastnil/a
Zdroj: Vlastní zpracování



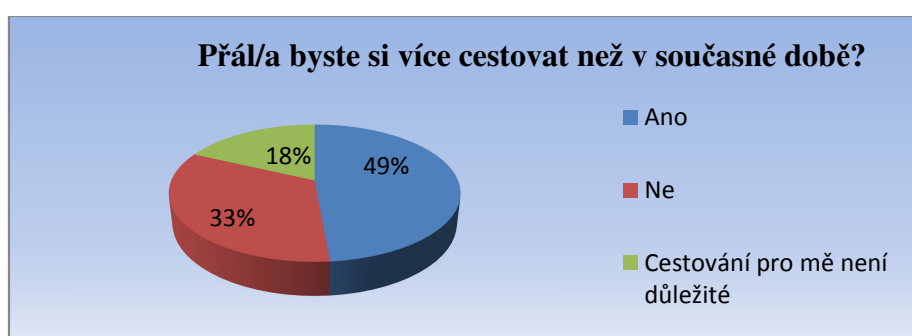
Graf 14: V případě pořádání zájezdů Seniorcentrem Pardubice byste se zúčastnil/a
Zdroj: Vlastní zpracování

Z uvedených údajů vyplývá, že respondenti jeví největší zájem o třídní zájezdy s čtvrtletní četností, takovýchto zájezdů by se zúčastnilo 54% respondentů a dále pak dvoudenních zájezdů také při čtvrtletní četnosti, takovýchto zájezdů by se zúčastnilo 33 % respondentů. Toto zjištění koresponduje se záměrem Seniorcentra Pardubice. Při půlroční četnosti organizování zájezdů by se třídních zájezdů zúčastnilo 46% respondentů a 30% by se zúčastnilo dvoudenních zájezdů. Tato varianta se svými hodnotami přibližuje čtvrtletní četnosti účasti na zájezdech. Při roční četnosti pořádání zájezdů by se zúčastnilo 46 % respondentů více denních zájezdů a 40% třídních zájezdů. Tato varianta se blíží tradičnímu cestování seniorů, kdy ve většině případů cestují jednou ročně na více dnů. Měsíční četnost by nevyužil nikdo z respondentů.

Otázka č. 13 - Příklad byste si více cestovat než v současné době?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Ano	36	35%
Ne	11	24%
Cestování pro mě není důležité	7	13%

Tabulka 16: Příklad byste si více cestovat než v současné době?
Zdroj: Vlastní zpracování



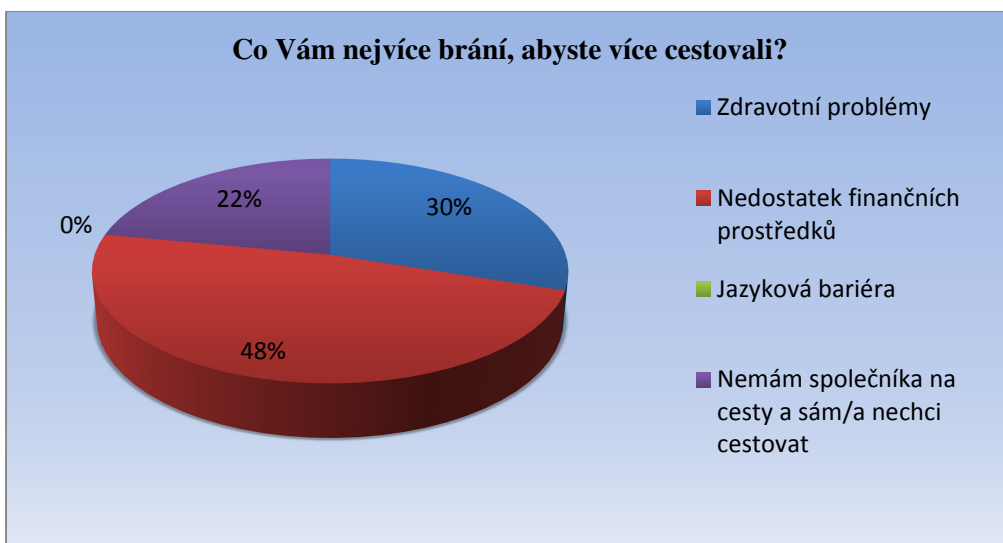
Graf 13: Příklad byste si více cestovat než v současné době?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že 49% oslovených respondentů si přeje více cestovat. Opět 33 % respondentů nemá zájem o větší míru cestování a dokonce pro 18 % seniorů není cestování důležité.

Otázka č. 14 - Co Vám nejvíce brání, abyste více cestovali?

<i>Varianta odpovědi</i>	<i>Počet</i>	<i>V Procentech</i>
Zdravotní problémy	16	30%
Nedostatek finančních prostředků	26	48%
Jazyková bariéra	0	0%
Nemám společníka na cesty a sám/a nechci cestovat	12	22%

Tabulka 17: Co Vám nejvíce brání, abyste více cestoval/a?
Zdroj: Vlastní zpracování



Graf 15: Co Vám nejvíce brání, abyste více cestoval/a?
Zdroj: Vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že pro 48% oslovených respondentů je největší překážkou v cestování nedostatek finančních prostředků, pro 30% respondentů zdravotní problémy a zajímavým poznatkem je i to, že 22 % respondentů nemá společníka na cesty. S jazykovou bariérou oslovení respondenti nemají problém, zřejmě z toho důvodu, že se tato cílová skupina vydává na své cesty zejména prostřednictvím organizovaných zájezdů, kde je zajištěn doprovod nebo delegát.

4.5 Ověření hypotéz

Pro potřeby výzkumu byly stanoveny hypotézy, které výsledky výzkumu buď potvrdí, nebo vyvrátí.

H1: Nadpoloviční většina respondentů má zájem o pořádání akcí Seniorcentrem Pardubice v oblasti cestovního ruchu 1x čtvrtletně.

Hypotéza 1 se potvrdila. Z provedeného výzkumu vyplývá, že 70% respondentů má zájem o rozšíření stávající nabídky Seniorcentra Pardubice o akce z oblasti cestovního ruchu. Pro 48% respondentů je optimální četnost cestování čtvrtletní (půlroční četnost je optimální pro 30% respondentů a roční četnost je optimální pro 27% respondentů). Z dotazovaných respondentů by se 54 % zúčastnilo akcí pořádaných Seniorcentrem Pardubice čtvrtletně.

H2: Nadpoloviční většina respondentů považuje za hlavní důvod cestování navazování nových přátelství.

Hypotéza 2 se potvrdila. Pro 56% respondentů jsou nejdůležitějším motivem cestování společenská setkávání s možností navazování nových přátelství. S tímto koresponduje i to, že 65 % respondentů navazuje při svých cestách nová přátelství.

4.6 Shrnutí výsledků a návrh doporučení statutárnímu městu Pardubice

Ze zjištěných údajů je zřejmé, že pro většinu seniorů žijících v Pardubicích je cestování důležitou součástí jejich současného životního období a s přihlédnutím ke svým finančním a zdravotním možnostem mají zájem cestovat ve větší míře. Průzkumem bylo potvrzeno, že pro seniory je velice důležitý sociální kontakt a přejí si rozšířit stávající nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu. Rádi vyhledávají společenská setkávání, ke kterým může docházet i v rámci cestování, kde senioři cestují za poznáním, kulturou, odpočinkem nebo relaxací a současně dochází k navazování nových přátelství a sdílení společných zážitků. Většina seniorů využívá zvýhodněných cenových nabídek v oblasti cestování určených pro seniory, ale část seniorů se s těmito nabídkami nikdy nesetkala. Vzhledem k tomu, že pro seniory je nejdůležitějším faktorem při výběru zájezdu finanční hledisko, bylo by vhodné podpořit osvětu v této oblasti, aby informace o zvýhodněných nabídkách byly pro seniory dostupnější. Pro většinu oslovených seniorů je optimální četnost cestování čtvrtletně a při takovéto četnosti by senioři uvítali 2-3 denní zájezdy pořádané Seniorcentrem Pardubice. Největší překážkou v možnosti více cestovat je pro seniory nedostatek finančních prostředků, zdraví a poté absence společníka na cesty.

Samospráva statutárního města Pardubic se snaží o prosazování aktivního života svých seniorů, flexibilně reagovat na jejich potřeby a preference, respektovat jejich životní styl, snaží se o začlenění seniorů do místních komunit. Z tohoto důvodu by bylo vhodné, aby statutární město Pardubice prostřednictvím Seniorcentra Pardubice reagovalo na zjištěné potřeby seniorů žijících ve městě.

Přínos bakalářské práce spočívá v předložení návrhů opatření, které budou prezentovány statutárnímu městu Pardubice v rámci vytvoření koncepce rozvoje sociálního cestovního ruchu:

- Pořádat pro seniory aktivity v oblasti cestovního ruchu s optimální čtvrtletní četností.
- Při čtvrtletní četnosti plánovat krátkodobé aktivity v rozsahu 2 – 3 dnů.
- Pořádat krátkodobé výměnné pobyty seniorů v rámci ostatních měst České republiky.
- Pořádat vícedenní výměnné pobyty seniorů v rámci partnerských měst Cannakkale v Turecku, Doetinchem v Nizozemí, Merano a Rosignano Marittimo v Itálii, Pernik v Bulharsku, Skelleftea ve Švédsku a Schönebeck a Selb v Německu.
- Vytvořit dotační program z rozpočtu statutárního města Pardubic na podporu seniorů a finančně se podílet na financování cestovatelských aktivit seniorů.
- Zvýšit osvětu v oblasti cenově zvýhodněných nabídek pro seniory.

5 Závěr

Cílem teoretické části bakalářské práce bylo charakterizovat sociální cestovní ruch jako jeden z možných nástrojů integrace seniorů. Cílem výzkumné části bakalářské práce bylo zjistit zájem a potřeby seniorů žijících v Pardubicích o aktivity v oblasti cestovního ruchu.

Z teoretické části vyplývá, že podpora seniorů přispívá k prevenci sociálního vyloučení a je velice důležitá z důvodu aktivizace seniorů. Senioři dnešní moderní doby jsou z důvodu zániku vícegeneračních rodin osvobozeni od rolí „dědečků a babiček“ a svůj čas naplňují cestováním, vzděláváním a společenskými aktivitami. Tento trend má bezesporu pozitivní vliv na jejich kvalitu života a z tohoto důvodu je nutné nabídnout seniorům širokou nabídku aktivit z oblasti cestovního ruchu. Senioři patří mezi cílovou skupinu sociálního cestovního ruchu se specifickými potřebami, nicméně tyto potřeby je nevyčleňují z aktivní účasti na cestovním ruchu. Je důležité vytvářet seniorům vhodné podmínky a široké spektrum nabídek, aby mohli cestování využívat v co největší míře a tím docházelo k eliminaci negativních jevů provázející období stáří.

Ve výzkumné části práce bylo zjištěno, že senioři žijící v Pardubicích považují cestování za důležitou součást jejich současného životního období, rádi cestují za poznáním, kulturou, odpočinkem, relaxací a mají zájem o pořádání aktivit v oblasti cestování, které by pro ně zajišťovalo Seniorcentrum Pardubice. Jako optimální se jeví pořádat krátkodobé 2 – 3 denní zájezdy s čtvrtletní četností. Při samotném dotazníkovém šetření bylo patrné, že senioři nechtějí být vyčleněni na okraji většinové společnosti, mají zájem podílet se na cestovatelských aktivitách, které jsou schopni s přihlédnutím ke svým možnostem a schopnostem provozovat.

Senioři jsou sociální exkluzí ohroženi mnohem více než ostatní část populace. Je důležité vytvářet seniorům vhodné podmínky a široké spektrum nabídek, aby mohli cestování využívat v co největší míře a tím docházelo k eliminaci negativních jevů provázející období stáří. Jak bylo zjištěno v bakalářské práci, cestování bezesporu patří k velice oblíbeným aktivitám seniorů je důležité tento jejich zájem podporovat.

Seznam použitých zdrojů

- BURCIN, Boris, ČERMÁK, Zdeněk, KUČERA, Tomáš. *Prognóza vývoje početního stavu a pohlaví a věkové struktury obyvatelstva statutárního města Pardubic na období 2013 – 2050*. Praha: 2013.
- ČEVELA, Rostislav, KALVACH Zdeněk, ČELEDOVÁ Libuše. *Sociální gerontologie*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.
- GAVORA, Petr. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Padio, 2000. ISBN 80-85931-79-6.
- HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Aktivita jako projekt*. Praha: SLON, 2013. ISBN 978-80-7419-152-7.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-87109-19-9.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8.
- HEŘMANOVÁ, Eva. *Koncepty, teorie a měření kvality života*. Praha: SLON, 2012. ISBN 978-80-7419-106-0.
- HESKOVÁ, Marie a kolektiv. *Cestovní ruch pro vyšší odborné školy a vysoké školy*. Vyd. 2. Praha: Fortuna, 2011. ISBN 978-80-7373-107-6.
- HOLCZEROVÁ, Vladimíra, DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4697-5.
- INDROVÁ a kolektiv. *Cestovní ruch pro všechny*. Praha: MMR ČR, 2008. ISBN 978-80-7399-407-05.
- KLUFOVÁ, Renata, NÝVLTOVÁ, Jana, FRANCOVÁ, Vendula. *Sborník příspěvků z XXII. sjezdu České geografické společnosti pořádaného Ostravskou univerzitou v Ostravě 31. Srpna – 3. Zářní 2010. Potenciál cestovního ruchu seniorů v ČR*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2010. ISBN 978-80-7368-903-2.
- KOTÍKOVÁ, Halina. *Nové trendy v nabídce cestovního ruchu*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4603-6.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie. Možnosti, které čekají*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3604-4.
- ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-1997-2.
- RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*. Brno: GEORGETOWN, 1995. ISBN 80-901604-2-5.

RYGLOVÁ, Kateřina, Michal BURIAN, Ida VAJČNEROVÁ. *Cestovní ruch – podnikatelské principy a příležitosti v praxi*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-4039-3.

SAK, Petr, KOLESÁROVÁ, Karolína. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247_3850-5.

ŠIMKOVÁ, Eva. *Analýza kvality života a role venkovské turistiky*. Sborník z Mezinárodní konference Svět práce a kvalita života v globalizované ekonomice. Praha: Výzkumný ústav bezpečnosti práce, v.v.i. 2007. ISBN 978-80-86973-45-6.

ŠINDLEROVÁ, Veronika, HRUDKOVÁ, Magdalena, KAČÍREK, Petr. *Demografie města Pardubic*. DHV CR, spol. s r.o.: 2013.

ŠTILEC, Miroslav. *Program aktivního stylu života pro seniory*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-920-8.

ZELENKA, Josef, PÁSKOVÁ, Martina. *Cestovní ruch – Výkladový slovník*. Praha: Linde, 2012. ISBN: 978-80-7201-880-2

Seznam internetových zdrojů:

55 Plus, Senioři na cestách. *Senioři chtějí cestovat hodně, bezpečně a pohodlně* [online], 2013. Dostupné z: http://www.padesatpetplus.cz/cs/site/cestovani/po-svete/print.seniori_na_cestach.htm

Deník.cz, 2012. [online] cit. [4. 11. 2012]. Dostupné z: <http://www.denik.cz/svet/turistu-z-rad-senioru-neustale-pribyva-nejoblíbenější-je-u-nich-recko-20121102-8.html>

Hospodářské noviny. *Sociální cestovní ruch* [online], 2012 [cit. 9. 2. 2012]. Dostupné z: <http://ihned.cz/c1-54607020-socialni-cestovni-ruch>

i60.cz. *Zájem seniorů o dotované dovolené výrazně roste* [online]. cit. [29. 4. 2013]. Dostupné z: http://www.i60.cz/clanek_4207_zajem-senioru-o-dotovane-dovolene-vyrazne-roste.html#.VHHbaWfIw24

i60.cz. *Cestovky objevily novou klientelu – aktivní seniory* [online]. cit. [25. 1. 2012]. Dostupné z: http://www.i60.cz/clanek_245_cestovky-objevily-novou-klientelu-aktivni-seniory.html

Města přátelská seniorům. *Pardubice*. [online]. Dostupné z: http://mestoseniorum.cz/cz/priklady_dob%C5%99e%20praxe?&uzemi=1b65dfedcab7f2e933d967fece80aaf6

Ministerstvo pro místní rozvoj ČR. *Rok 2015 – Program Cestování dostupné všem.* [online], 2015. Dostupné z: [http://www.mmr.cz/cs/Podpora-regionu-a-cestovni-ruch/Cestovni-ruch/Programy-Dotace/Narodni-program-podpory-cestovniho-ruchu-\(2010-201/ROK-2015-PODPROGRAM-CESTOVANI-DOSTUPNE-VSEM](http://www.mmr.cz/cs/Podpora-regionu-a-cestovni-ruch/Cestovni-ruch/Programy-Dotace/Narodni-program-podpory-cestovniho-ruchu-(2010-201/ROK-2015-PODPROGRAM-CESTOVANI-DOSTUPNE-VSEM)

Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017.* [online]. cit. [aktual. 29. 7. 2014]., 26 – 31. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/NAP_2013-2017_070114.pdf

Pomoc v domácnosti. *Seniorům nabízíme nadstandardní služby bezplatně, říká vedoucí realizace Cestování pro seniory.* [online]. cit. [11. 6. 2014]. Dostupné z: <http://pomocvdomacnosti.cz/rozhovor-seniorum-nabizime-nadstandardni-sluzby-bezplatne-rika-vedouci-realizace-cestovani-pro-seniory?q=OK-Tours>

Rada seniorů. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí.* [online]. cit. [23. 4. 2013]. Dostupné z: <http://www.rscr.cz/2013/04/narodni-akcni-plan-podporujici-pozitivni-starnuti-pro-obdobi-let-2013-az-2017/>

Seniortip. *Sociální (exkluze) izolace.* [online] cit. [b.r.]. Dostupné z: http://www.seniortip.cz/?&module=article&uniqid_article=e7750c2d11b9e3effedfd180dea38fd7

Vysoká škola polytechnická Jihlava. *Studia Turistica* [online], 2011, ISSN 1804-252X. Dostupné z: <http://search.seznam.cz/?q=studia+turistica+cestovn%C3%AD+ruch+senior%C5%AF&sourceid=szn-HP>

Zákony pro lidi. *Zákon č. 128/2000 Sb., o obcích.* [online] cit. [2010-2015], Dostupné z: <http://www.zakonyprolidi.cz/hledani?text=128%2F2000+Sb.>

Seznam tabulek

Tabulka 1: Vývoj podílu osob starších 60 let na území ČR od roku 1857 do roku 2050.....	23
Tabulka 2: Pohlaví a počet respondentů	42
Tabulka 3: Věkové složení respondentů	42
Tabulka 4: Důležitost cestování v současném životním období.....	43
Tabulka 5: Nejdůležitější motivy cestování.....	44
Tabulka 6: Využíváte zvýhodněné nabídky určené pro seniory v oblasti cestovního ruchu? 45	
Tabulka 7: Co je pro Vás při výběru zájezdu rozhodující?	45
Tabulka 8: Přejete si rozšířit nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu?	46
Tabulka 9: Jaká je pro Vás optimální četnost cestování v rámci organizovaných krátkodobých zájezdů?	47
Tabulka 10: Navazujete při svých cestách nová přátelství?	48
Tabulka 11: Jaké preferujete druhy zájezdů?.....	49
Tabulka 12: Jaké preferujete druhy zájezdů?.....	49
Tabulka 13: Jaké preferujete akce pořádané Seniorcentrem Pardubice?.....	50
Tabulka 14: Jaké preferujete akce pořádané Seniorcentrem Pardubice?.....	50
Tabulka 15: V případě pořádání zájezdů Seniorcentrem Pardubice byste se zúčastnil/a.....	51
Tabulka 16: Přál/a byste si více cestovat?	52
Tabulka 17: Co Vám nejvíce brání, abyste více cestoval/a?	52

Seznam grafů

Graf 1: Naděje dožití mužů a žen od roku 1920 do roku 2010	24
Graf 2: Čeho se česká populace ve spojení se stářím obává?	27
Graf 3: Vývoj počtu obyvatel v Pardubicích od roku 1869 do roku	34
Graf 4: Počet akcí a účastníků v Seniorcentru Pardubice	37
Graf 5: Znázornění počtu a pohlaví respondentů	42
Graf 6: Věkové složení respondentů	43
Graf 7: Považujete cestování za důležitou součást Vašeho současného životního období? ...	43
Graf 8: Jaký je nejdůležitější motiv Vašeho cestování?	44
Graf 9: Využíváte zvýhodněné nabídky pro seniory v oblasti cestovního ruchu?	45
Graf 10: Co je pro Vás při výběru zájezdu rozhodující?	46
Graf 11: Přejete si rozšířit nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu?	46
Graf 12: Jaká je pro Vás optimální četnost cestování v rámci organizovaných krátkodobých zájezdů?	47
Graf 13: Navazujete při svých cestách nová přátelství?	48
Graf 14: V případě pořádání zájezdů Seniorcentrem Pardubice byste se zúčastnil/a	51
Graf 15: Co Vám nejvíce brání, abyste více cestoval/a?	53

Seznam obrázků

Obrázek 1: Maslowova pyramida potřeb	14
Obrázek 2: Průměrná měsíční výše starobního důchodu podle pohlaví v Pardubickém kraji a jeho okresech v prosinci 2013	16
Obrázek 3: Bilance Národního programu podpory cestovního ruchu "Cestování dostupné všem"	20
Obrázek 4: Procentuální zastoupení populace ve věku 65 a více let v jednotlivých státech Evropy v roce 2011	23
Obrázek 5: Podporované oblasti v rámci přátelského města seniorům	35

Seznam příloh

Příloha A: Úplné znění dotazníku empirického výzkumu

Příloha A

Dobrý den,

ráda bych Vás požádala o vyplnění následujícího dotazníku, který slouží ke zjištění zájmu seniorů žijících v Pardubicích o pořádání akcí v oblasti cestovního ruchu. Výsledky dotazníkového šetření využiji ve své bakalářské práci a odpovědi jsou zcela anonymní.

Dotazník obsahuje 14 otázek. V případě, že není uvedeno „zaškrtněte i více možností“, vybírejte, prosím, vždy z jedné uvedené odpovědi.

DOTAZNÍK

1. Jste:

- Žena
- Muž

2. Váš věk:

- 50 – 64 let
- 65 – 70 let
- 70 a více

3. Považujete cestování za důležitou součást Vašeho současného životního období?

- Ano
- Ne

4. Nejdůležitějším motivem Vašeho cestování je (zaškrtněte i více možností):

- Odpočinek a relaxace
- Poznání a kultura
- Společenské setkání s možností poznávání nových lidí
- Upevňování zdraví a léčba nemocí
- Nákupy
- Sport

5. Využíváte zvýhodněné nabídky určené pro seniory v oblasti cestování?

- Ano
- Ne
- Nikdy jsem se s takovými nabídkami nesetkal/a

6. Co je pro Vás při výběru zájezdu rozhodující?

- Cena zájezdu
- Reference od příbuzných či známých
- Rozsah nabízených služeb
- Věkové složení účastníků zájezdu
- Celkové zabezpečení organizace zájezdu

7. Přejete si rozšířit nabídku Seniorcentra Pardubice o aktivity v oblasti cestovního ruchu?

- Ano
- Ne

8. Jaká by pro Vás byla optimální četnost cestování v rámci organizovaných krátkodobých zájezdů (2-3 dny)?

- měsíčně
- čtvrtletně
- pololetně
- ročně

9. Navazujete při svých cestách nové kontakty a přátelství?

- Ano, rád/a se seznamuji při svých cestách s novými lidmi
- Ne, nemám zájem přátelit se na cestách s novými lidmi

10. Jaké preferujete druhy zájezdů?

- 1 denní
- 2 - 3 denní
- 4 – 5 denní
- 6 – 8 denní
- Více denní

11. Jaké preferujete akce pořádané Seniorcentrem Pardubice?

- Společenská setkání
- Kulturní
- Sportovní
- Vzdělávací akce
- Zájmová činnost
- Klubové jednodenní poznávací výlety

12. V případě pořádání zájezdů Seniorcentrem Pardubice byste se zúčastnil/a

- 1x měsíčně 1 den 2 dny 3 dny více dnů
- 1x čtvrtletně 1 den 2 dny 3 dny více dnů
- 1x pololetně 1 den 2 dny 3 dny více dnů
- 1x ročně 1 den 2 dny 3 dny více dnů

13. Přál/a byste si více cestovat než v současné době?

- Ano
- Ne
- Cestování pro mě není důležité

14. Co Vám nejvíce brání, abyste více cestovali?

- Zdravotní problémy
- Nedostatek finančních prostředků
- Jazyková bariéra
- Nemám společníka na cesty a sám/a nechci cestovat

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.