

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE FILOZOFICKÁ FAKULTA

KATEDRA SOCIÁLNÍ PRÁCE

KATEŘINA HODINKOVÁ

DOBROVOLNICTVÍ SENIORŮ JAKO CESTA K AKTIVNÍMU STÁŘÍ  
MOŽNOSTI UPLATNĚNÍ SENIORŮ DOBROVOLNÍKŮ V LIBERECKÉM  
KRAJI

Obor:

Sociální práce

Forma studia:

prezenční

Akademický rok:

2006/2007

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Pavla Kodymová

Oponent diplomové práce:

Datum obhájení:

Výsledek obhajoby:

**P R O H L A Š U J I ,**

že tuto předloženou diplomovou práci jsem vypracovala zcela samostatně  
a cituji v ní veškeré prameny, které jsem použila.

V Praze 30. 3. 2007

Podpis:

*Godimková!*

## PODĚKOVÁNÍ

Děkuji PhDr. Pavle Kodymové za obětavé a trpělivé vedení mé práce, Doc. Ing. Daliboru Holdovi CSc. za poskytnutí odborných konzultací a všem ostatním, kteří mi poskytli cenné informace a při psaní této práce mě podporovali.

## **Obsah:**

<b>ÚVOD</b>	<b>6</b>
<b>I. TEORETICKÁ ČÁST</b>	<b>8</b>
<b>1. Stárnutí a stáří</b>	<b>8</b>
1.1. Demografie stáří	8
1.2. Stáří a jeho vymezení	10
1.3. Specifika stáří	13
1.4. Různé pohledy na stáří	14
<b>2. Přejchod z ekonomicky aktivní sféry do důchodu</b>	<b>17</b>
2.1. Ztráta životního programu	18
2.2. Příprava na stáří	19
2.3. Adaptace na stáří	20
<b>3. Volný čas a aktivity seniorů</b>	<b>23</b>
3.1. Charakteristiky aktivit seniorů	24
3.2. Význam aktivit ve stáří	25
3.3. Typy aktivit ve stáří a jejich formy	26
3.4. Druhý životní program	27
<b>4. Podpora aktivního stárnutí v mezinárodních dokumentech</b>	<b>30</b>
<b>5. Definice dobrovolníka a dobrovolnické činnosti</b>	<b>35</b>
5.1. Dobrovolník	35
5.2. Dobrovolnictví	35
5.3. Druhy dobrovolnické činnosti	36
5.4. Dobrovolnictví v legislativě	37
5.5. Formy zapojení dobrovolníků	38
5.6. Možnosti dobrovolnické činnosti	39
5.7. Postup práce s dobrovolníky	40
5.8. Motivy a funkce dobrovolnictví	42

<b>6. Dobrovolnictví seniorů</b>	<b>44</b>
6.1. Specifika dobrovolnictví seniorů	44
6.2. Postup spolupráce s dobrovolníky seniory	46
6.2.1. Příprava vhodných podmínek	46
6.2.2. Nábor dobrovolníků	46
6.2.3. Přímá práce s dobrovolníky	47
6.3. Možné formy zapojení dobrovolníků seniorů	48
6.3.1. Možné formy zapojení dobrovolníků seniorů v Německu	48
6.3.2. Možné formy zapojení dobrovolníků seniorů ve Francii	50
6.3.3. Možné formy zapojení dobrovolníků seniorů ve Velké Británii	52
6.4. Současný stav dobrovolnictví seniorů v ČR	53
6.4.1. Možné formy zapojení dobrovolníků seniorů v ČR	53
6.4.2. Překážky a faktory ovlivňující dobrovolnickou činnost seniorů	56
6.5. Význam dobrovolnictví pro seniory	58
<b>II. PRAKTICKÁ ČÁST</b>	<b>60</b>
<b>7. Úvod do problému</b>	<b>60</b>
<b>8. Cíle výzkumu</b>	<b>61</b>
<b>9. Hypotézy</b>	<b>62</b>
<b>10. Výzkumný soubor</b>	<b>62</b>
10.1 Výběr výzkumného souboru	62
10.2. Charakteristika výběrového souboru	62
<b>11. Metodologie výzkumu</b>	<b>63</b>
11.1. Použité techniky	63
11.2. Organizace a průběh výzkumu	63
11.3. Zpracování dat	64
<b>12. Analýza a interpretace dat</b>	<b>65</b>
<b>13. Diskuse</b>	<b>82</b>
<b>ZÁVĚR</b>	<b>87</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b>	<b>89</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH</b>	<b>98</b>

**Motto:**

*„Opravdovou rosou na stáří je racionální postoj k vlastnímu stáří, orientace na budoucnost (těšení se na něco), sociální kontakty a jakákoliv přiměřená aktivita.“*

*J. Srnec*

**Úvod**

Téma této diplomové práce vychází z dlouhodobého zájmu o sociální práci se seniory a rovněž o dobrovolnictví, které mě cestou dobrovolnických programů nakonec přivedlo k současné práci koordinátorky dobrovolnického programu „Pro seniory“ v Regionálním dobrovolnickém centru Ještěd, o.s. v Liberci. Tento program usiluje o podporu plnohodnotného života seniorů prostřednictvím zapojení dobrovolníků do péče o seniory v Libereckém kraji a zároveň poskytuje seniorům příležitost k aktivnímu trávení volného času a snaží se podporovat jejich začlenění do života společnosti.

Myšlenku zpracovat práci věnující se dobrovolnictví seniorů podpořil ještě více zahraniční pobyt ve Francii. Díky programu Erasmus na Université de Picardie de Jules Verne ve městě Amiens, jsem během mého pobytu měla možnost absolvovat stáž v organizaci AGIR abcd. Tato organizace sdružovala seniory, kteří jako dobrovolníci předávali své zkušenosti v dalších organizacích. Idea zapojení dobrovolníků seniorů, kterou jsem se zabývala již dříve, mi přišla velmi zajímavá, a proto jsem se rozhodla toto téma zpracovat.

Teoretická část práce podává ucelený pohled na problematiku stárnutí. Vychází z demografických aspektů, které mají vliv na stárnutí populace, zabývá se specifiky a pohledem současné společnosti na stáří, odchodem do důchodu jako významným mezníkem v životě člověka a seznamuje s možnými formami adaptace na toto období. Dále se tato práce zabývá tématem volného času seniorů, zdůrazňuje význam aktivit ve stáří a přibližuje jejich možné formy a pojetí aktivního stárnutí v mezinárodních dokumentech. Důležitou částí jsou kapitoly věnované obecné problematice dobrovolnictví a bližší přiblížení podstaty a významu dobrovolnictví seniorů s důrazem na názorné příklady zapojení dobrovolníků seniorů v zahraničí a v České republice.

Cílem praktické části je formou dotazníkového šetření vyhledat organizace sociálního a zdravotního zaměření v Libereckém kraji, které by měly zájem zapojit seniory do dobrovolnické činnosti nebo které již dobrovolníky seniory zapojují. Zjistit jaké jsou možnosti uplatnění seniorů dobrovolníků v těchto organizacích a na základě získaných

informací sestavit informační brožuru, která by byla využitelná seniory a ostatními organizacemi. Prostřednictvím zjištění možností dobrovolnické činnosti chce tato práce poskytnout seniorům příležitost k aktivnímu trávení volného času, udržení a navázání nových kontaktů, ale především umožnit seniorům uplatnit a udržet jejich profesní zkušenosti a dovednosti a podpořit tak jejich začlenění do společenského života.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Stárnutí a stáří

### 1.1. Demografie stáří

„Z demografického hlediska je stárnutí populace proces, v jehož průběhu se postupně mění věková struktura obyvatelstva [...] takovým způsobem, že se zvyšuje podíl osob starších 60 nebo 65 let a snižuje se podíl osob mladších 15 let“ (Rabušic, 1995, s. 12). Stárnutí populace je způsobeno proměnami věkového složení obyvatel, změnou věkové struktury (Rabušic, 1995).

„Nejpoužívanějším ukazatelem demografického stáří je podíl “starých“ osob na celkovém počtu obyvatelstva. Pojem „staré obyvatelstvo je ovšem záležitostí konvence, proto se různé statistiky liší. V demografii se za staré lidi většinou považují osoby nad 60 let, spíše výjimečně nad 65 let“ (Pacovský, 1997, s.10).

„Věkovou strukturu každé společnosti (jakož i celkovou velikost populace) ovlivňují tři komponenty: porodnost, úmrtnost a migrace“ (Rabušic, 1995, s. 16).

Demografické změny mají dvě důležité příčiny: přibývá starších lidí, kteří se dožívají vyššího věku, ale zároveň klesá porodnost. Dalším faktorem přispívajícím k demografickým změnám je problematika migrace – přibývá migrace starších a starých osob z venkova (především z malých obcí) do měst. Na druhou stranu odcházejí mladí lidé v produktivním věku do zahraničí. Některé státy spoléhaly na přichozí mladé imigranty jako na způsob řešení. Ukázalo se však, že imigrace nejen že není permanentním řešením, ale navíc způsobuje problémy s integrací (Reid, 2006).

Profesorka Dr. G. Thiele (2007) ve své přednášce „Aspekty stárnutí z pohledu sociální pedagogiky, modely úspěšného stárnutí a přístupu společnosti ke stárnoucím lidem“ uvedla 4 problémy, které ovlivňují současné stárnutí: 1. „omládnutí stáří“, 2. osamocení starých lidí, 3. feminizaci a 4. dlouhověkost.

Problém omládnutí stáří se týká faktu, že lidé v naší společnosti se otázkou stárnutí zabývají poměrně brzy, díky možnostem, které jsou jim k dispozici (např. kvalitnější lékařská péče) je jejich zdravotní a funkční stav lepší než u seniorů předchozích generací, a tak vypadají starší lidé čím dál mladší.



Druhý problém se vztahuje k osamocení starých lidí, který vychází ze skutečnosti, že mladí lidé chtějí žít sami bez rodičů. Mnoho starších rodičů tedy zůstává samo bez dětí.

Problém feminizace se týká nerovnováhy v rozložení pohlaví. Feminizace vychází z faktu, že naděje dožití pro ženy, je delší než pro muže. Ženská populace je tedy starší než mužská. Protože úmrtnost mužů je vyšší než úmrtnost žen, osamělost je v prvé řadě problémem starých žen. Riziko osamělosti starých žen je velmi vysoké. Podíl ovdovělých žen se zvyšuje už od věku 50 let. Ve vyšším věku tvoří vdovy stále větší část ženské populace. Pavlík a Kučera (In Kalvach a kol., 2004, s. 59) ukazují závislost rodinného stavu na věku. Ovdovělosti žen „ve věkové skupině 70-79 let činí 57,6% (u mužů jen 15,3%) a ve věku 80 a více let dokonce 81,5% oproti 32,5% u stejně starých mužů.“ Období vdovství u žen je velmi dlouhé. Různé průzkumy i praktické zkušenosti ukazují, že vdovství přináší vedle osamělého způsobu života i řadu sociálních i psychologických problémů. Thiele (2007) uvádí, že muži si na rozdíl od žen najdou po ovdovění partnerku poměrně rychle a také se velice rychle znovu žení. Problémem žen je, že nedokáží tak rychle navázat nový vztah. Nerovnováha v rozložení pohlaví „se promítá nejen do atmosféry seniorských programů a zařízení (kluby aktivního stáří, univerzity třetího věku), ale také do zdravotního stavu, do spotřeby zdravotnických a sociálních služeb, zvláště ústavních...“ (Kalvach a kol., 2004, s. 59).

Čtvrtým problémem, který uvádí Thiele (2007) je dlouhověkost. Světová populace stárne a lidé se dožívají vyššího a vysokého věku. Vděčí za to lepší lékařské péči, zlepšeným společensko - ekonomickým podmínkám a zdravějšímu životnímu stylu. Na druhé straně je příčinou i enormně nízká porodnost. „Ve většině Evropských zemí může 60 letý senior očekávat 20-23 let dalšího života“ (Lehr, 2006). Většina lidí na tak dlouhé období není připravena. Vedle prodlužování období stáří se prodlužuje věk dospívání a mládí. Mladí lidé déle studují, více cestují, tím pádem později uzavírají manželství a později zakládají rodinu.

Reid (2006) uvádí, že z demografických analýz jasně vyplývá: „že prodloužená délka života není spojena s nižší kvalitou života.“ A dále uvádí, že: „V nedávném průzkumu v Německu vyšlo najevo, že 80% mužů ve věku 85 let je plně mobilních a schopných žít nezávislý život. Také počet chronicky nemocných mezi šedesátníky klesl z 29% na 20%.“ Léta, kdy je člověk fyzicky závislý se posouvají na posledních 5 let života.

Vedle stárnutí populace se změny projevují i v kvalifikaci a vzdělanosti obyvatel, které se neustále zvyšují. Také životní dráhy mají jiný průběh, mění se i postoje a hodnoty společnosti a dochází ke změně struktury a funkce rodiny (Pacovský, 1997). Zároveň se mění i způsob života starších lidí. „Při lepším zdravotním stavu, vyšší úrovni vzdělání a širších zájmech nebudou chtít lidé dožívat v domovech důchodců, které byly dobré pro dřívější generace starších lidí. Mnohem výhodnější bude pro ně bydlet buď v domech pečovatelské služby, nebo penzionech pro důchodce, a pokud budou soběstační, pak ve vlastních bytech jako domácnosti jednotlivců“ (Situace seniorů České republiky na přelomu tisíciletí, 1999, s. 2).

Stárnutí obyvatelstva má také mnoho společenských důsledků. „Zvyšování osob v tzv. produktivním věku vede k nezbytnosti tvořit vyšší národní důchod osobami ekonomicky aktivními. Vydávají se stále větší prostředky na zajištění potřeb starých lidí [...]. Stárnutí obyvatelstva je provázáno prokazatelně vyšší nemocností a zvýšenou potřebou různých forem sociální podpory a drahé zdravotní péče“ (Pacovský, 1997, s. 10). Stále aktuálnější je tedy otázka „jak zajistit každému starému člověku základní a důstojné materiální předpoklady pro kvalitní prožívání stáří a jak zajistit dostupnou a kvalitní péči o nemocné a nesoběstačné staré občany“ (Haškovcová, 2004, s. 14). V současné době činí počet osob starších 65 let 13,8 %. Podle odhadů OSN se „může stát, že Česká republika bude v polovině 21. století nejstarší populací na světě, a to s 40% podílem obyvatel starších 60 let“ (Tamtéž, s. 14).

Na zrychlující se demografické stárnutí je nutné se dlouhodobě připravovat. Je ale zapotřebí abychom demografické změny nevnímali jako problém, ale naopak jako šanci a výzvu. Zcela se ztotožňuji s prohlášením Ursuly Lehr (2006) která uvádí, že: Seniorská politika by neměla být vymezena pouze otázkou „Co můžeme udělat pro seniory?, ale také bychom by se měli ptát: Co mohou udělat seniory pro společnost?“ Vždyť většina seniorů má obrovský potenciál, který zůstává společností nevyužit. Je tedy zapotřebí vytvořit možnosti pro jeho využití.

## 1.2. Stáří a jeho vymezení

Určit kdy se člověk stává starým je velmi obtížné. Nejčastější definice stáří vychází z toho, že člověk se stává starým po dovršení určitého věku. V tomto případě máme na mysli *stáří kalendářní*, které je dáno datem narození, považuje se tedy za jednoznačné

dané. Z kalendářního stáří vycházejí různé společenské konvence a opírají se o něj právní normy (Pacovský, 1997, s. 18-19).

Jak uvádí Haškovcová (1989) kalendářní stáří může, ale nemusí korespondovat s tzv. funkčním neboli skutečným věkem a nepostihuje tedy zcela interindividuální rozdíly mezi jedinci.

Demografické analýzy zabývající se stárnutím populace se ve stanovení hranice stáří liší. Světová zdravotnická organizace (SZO) doporučila následující věkovou kategorizaci, kterou přijala většina gerontologů na celém světě: „Lidé ve věku 45-59 let kalendářního věku patří do kategorie středního věku, 60-74 let do kategorie vyššího nebo staršího věku, ranného stáří; jsou to „mladí staří“. Teprve věk 75 až 89 let se v gerontologii považuje za věk stařecký, za pokročilé stáří, pravé stáří, sénium“ (Pacovský, 1997, s. 19). Věk 90 let a výše se označuje jako dlouhověkost

Další věkové členění vychází z pojetí B. L. Neugartenové (In Haškovcová, 1989) která navrhla v 60. letech pojmy: „mladí senioři“ už pro věk 55–74 let a „staří senioři“ pro 75 a více let. Z jejího pojetí je odvozeno i současné orientační členění stáří:

- 65-74 let mladí senioři – k tomuto období se vztahuje především problematika penzionování, volného času, aktivit a seberealizace.
- 75-84 let: staří senioři – v tomto období je nejdůležitější problematika adaptace, tolerance zátěže, specifického stonání a osamělosti.
- 85 a více let: velmi staří senioři – která spočívá v řešení problematiky soběstačnosti a zabezpečení.

„WHO (Světová zdravotnická organizace) definuje staré obyvatelstvo věkovou hranicí 65 let, některé publikace OSN např. běžně pracují s věkovou skupinou 65 +, jiné studie, zabývající se stárnutím, považují za stáří věk 60+“ (Rabušic, 1995, s. 12).

Také Kalvach a kol. (2004, s. 47) uvádí, že dnes se za počátek stáří považuje věk 65 let, přičemž za uzlový ontogenetický bod se považuje 75 let, který se považuje za vlastní stáří.

Další pojetí stáří odráží především proměnu sociálních rolí a potřeb, životního stylu i ekonomického zajištění. V tomto případě máme na mysli *stáří sociální*. Pojem sociálního stáří podle Kalvacha a kol. (2004, s. 47) „upozorňuje na společné zájmy i na rizika seniorů, k nimž patří např. maladaptace na penzionování, ztráta životního programu a společenské prestiže, osamělost, pokles životní úrovně, hrozba ztráty soběstačnosti, věková segregace a diskriminace (ageismus). Za počátek sociálního stáří je obvykle považován vznik nároku na starobní důchod či skutečné penzionování.“

Pojetí sociálního stáří potvrzuje i Haškovcová (1989, s. 21) která uvádí, že: „Současná společnost považuje za starého toho jedince, kterému vzhledem ke kalendářnímu věku vznikl nárok na starobní důchod. A protože každý starobní důchodce je pokládán za starého člověka, většina lidí považuje odchod do důchodu za počátek stáří.“

Vznik nároku na odchod do penze je ale v různých systémech sociálního zabezpečení jednotlivých zemí různý. „Pro naši skutečnost má smysl chápat jako hranici stáří věk 60 let. Z mnoha důvodů však není možno se této hranici držet striktně: pro některá mezinárodní srovnání je užitečné pracovat s hranicí stáří 65+, pro jiná bude naopak třeba brát v úvahu i věk odchodu žen do důchodu“ (Rabušic, 1995, s. 12).

Sociální stáří zahrnuje rozmanité stránky sociálního života člověka, jeho vztahy ke společnosti, k jiným lidem, k prospěšným aktivitám. Kvalita sociálního života je ovlivněna nejen sociálním stavem, ale také ekonomikou (Pacovský, 1997).

„Sociální periodizace života často užívá označení první věk (předproduktivní), který zahrnuje období, dětství a mládí, učení, profesní přípravy, získávání sociálních zkušeností, druhý věk (produktivní) zahrnující období dospělosti, biologické i ekonomicko - sociální produktivity, třetí věk (postproduktivní) vztahující se k období stáří, případně čtvrtý věk (období závislosti)“ (Kalvach a kol., 2004, s. 47). Novodobé pojetí sociálního stáří nepracuje s pojmy produktivní a postproduktivní, ale staví do popředí koncept celoživotního osobnostního rozvoje, celoživotního vzdělávání, celoživotní seberelizace a společenské participace. Young a Schuller (In Kalvach a kol., 2004, s. 47).

Dalším pojetím stáří je *biologické stáří*, které je označením pro určitou míru involučních změn daného jedince. Biologický věk je významným znakem tzv. biologického stárnutí a stáří. Souvisí s individuálním genetickým programem každého člověka, celoživotním působením zevního prostředí, předcházejícím způsobem života a přítomností či nepřítomností nemoci (Pacovský, 1997, s. 19). Biologický nebo také funkční věk nemusí odpovídat věku kalendářnímu (Tamtéž, s. 12). Exaktní vymezení biologického věku se však zatím nedaří (Kalvach a kol., 2004).

Pacovský (1997) uvádí ještě *psychologické stáří*, které je dáno osobnostními rysy, reakcemi konkrétního člověka na vlastní stáří. S tímto souvisí i *věk subjektivní*, který vyjadřuje jak starý se člověk cítí sám. Tento věk nemusí odpovídat věku kalendářnímu.

Výzkum Population Policy Acceptance Survey (PPA II - ČR ) realizovaný v roce 2001 ukazuje na základě jakých charakteristik vnímají respondenti někoho jako starého člověka. Respondenti byli ve věku 18-75 let. Nejčastěji respondenti uváděli následující

charakteristiky: fyzický stav uvedlo 33% respondentů, dále věk 27%, ztrátu autonomie 17%, ztrátu duševní svěžesti 14%, potíže s přizpůsobováním se změnám 4% a odchod do důchodu 2%. Další faktory (potíže s řešením problémů nebo narození vnoučete tvoří dopočet do 100% (Vidovičová in Sýkorová, Chytil, 2004, s. 61).

„Ve výzkumu Ageismus 2003 činil podíl těch, kteří možnost definice stáří věkem podporují 25% a tento věk byl v průměru určen na 63,6 let“ (Vidovičová, 2005, s. 15).

Stáří je kategorií značně heterogenní, zahrnuje osoby, které žily v jiných podmínkách, měly jiný životní styl, jiné zájmy, hodnoty a postoje (Rabušic, 1995).

Podle výše uvedených citací je patrné, že se autoři při vymezení hranice stáří shodují na věkovém období 60-65 let. Pro účely této diplomové práce budu vycházet z definice WHO (Světové zdravotnické organizace) a za seniory budu považovat obyvatele starší 65 let.

### 1.3. Specifika stáří

Stáří je přirozenou, v pořadí poslední ontogenetickou etapou života (Pacovský, 1997). Stáří je obdobím, ve kterém se člověk musí vyrovnávat s řadou změn (zejména psychických a fyzických). Proces stárnutí probíhá v podstatě celý náš život, neprobíhá ale u každého stejně a je ovlivněn mnoha faktory (genetickými, životním stylem, prostředím...).

Haškovcová (2004, s. 10) uvádí: „že stárnutí a stáří není nemoc, nýbrž přirozený fyziologický proces.“ Ve stáří je nemocnost ovlivňována výrazně sociálními faktory. Může to být například nízký důchod, nevhodné bydlení, ale také hospitalizace nebo umístění do domova důchodců, úmrtí partnera či jiného blízkého člověka, sociální izolace, pocity osamělosti a opuštěnosti atd. Proto se hovoří o vzájemné zdravotní a sociální podmíněnosti situace starých lidí (Tamtéž, s. 30).

Kalvach (1997, s. 9) doplňuje, že ztráta soběstačnosti nemusí být „nezbytným, zákonitým důsledkem stárnutí.“

„Ve stáří mají psychické schopnosti a vlastnosti ještě větší rozptýl než v předchozích etapách; je to důsledek zvýraznění individuace a vlivu životních zkušeností“ (Kalvach a kol., 2004, s. 108). „Mnohé vlastnosti, které stáří připisujeme však „nejsou důsledkem věku, ale individuálních zvláštností osobnosti. Tyto vlastnosti se mohou v průběhu stárnutí zvýraznit“ (Tamtéž, s. 107).

Přesto však můžeme rozlišit určité společné tendence stárnutí - například ztráta životní síly a energie, zpomalení psychických procesů, snížení tělesné výkonnosti, zhoršení krátkodobé paměti, snížení adaptační schopnosti organismu. I když jde především o procesy involuční, neznamená to, že samo stárnutí je nemocí. Na druhé straně je nutno připustit, že s přibývajícím věkem roste pravděpodobnost onemocnění, protože k důsledkům stárnutí patří i zvýšená náchylnost k chorobám v důsledku stárnutí imunitního systému (Hayflick, 1997). Některé z faktorů je však možné ovlivnit včasnou prevencí (například správnou výživou nebo dostatečným pohybem) jak uvádí například Štilec (2004).

Stárnutí se vyznačuje určitými obecnými fenomény, nelze však opomenout fakt, že všichni lidé nestárnou stejně, a že i ve stáří se mění charakteristiky jak biologické, tak i psychické a sociální. Rychlost procesu stárnutí bývá různá. „Rychlost stárnutí je ovlivňována mnoha faktory, a to jak biologické, psychické, tak i sociální povahy“ (Haškovcová, 1989, s. 23).

Stáří přináší i pozitiva - k přínosům stáří patří například to, že člověk získává osobní svobodu, může se seberealizovat a zaměřit se na aktivity, které ho baví (Pacovský, 1997).

#### 1.4. Různé pohledy na stáří

Pohledy na stáří jsou v různých společnostech různé. Vztah společnosti ke stáří se v průběhu času měnil a také postavení starých lidí se lišilo. Stáří může být tedy pro jednu společnost symbolem klidu a moudrosti, který si zaslouží vážnost a uctívání, může však i objektem přezírání či nenávisi (Pacovský, 1997). „I v nejvyspělejších společnostech (nebo dokonce právě v nich) hrozí stáří společenská degradace,...“ (Tamtéž, s. 30).

Pohled na stáří je ovlivněn nejen osobní zkušeností, ale především postoji společnosti. V současné společnosti je se stářím spojeno mnoho nepravdivých přesvědčení (tzv. mýtů), které značně zjednodušují pohled na stáří a tímto ho i zkreslují. Zároveň mají vliv i na sebepojetí samotných seniorů. Tyto mýty uvádí například Haškovcová (1989):

- *Mýtus zjednodušené demografie*, který je založen na přesvědčení, že člověk se stává starým v den odchodu do důchodu, jako staré označuje všechny lidi, kteří jsou v důchodu,
- *mýtus homogenity* - všichni staří lidé mají stejné vlastnosti a tedy i stejné potřeby,

- *mýtus neužitečného času* - ten kdo nechodí do práce nic nedělá, a tudíž je neužitečný,
- *mýtus ignorance* - starý člověk, který nepracuje a není užitečný, nemůže být našim partnerem ani spolupracovníkem, je možné ho přehlížet,
- *mýtus o ateroskleróze* – představa, že každý starý člověk je sklerotický, a také celkově nemocný - tento mýtus zesiluje přesvědčení lidí o tom, že stáří je nemoc,
- *mýtus schematismu a automatismu* – představa, že starý člověk není pracovně výkonný,
- *mýtus úbytku sexu* – že staří lidé nemají partnerské vztahy.

Vnímání příslušníků jiné generace může být ovlivněno také věkovými předsudky (ageismus). Význam pojmu ageismus je však mnohem širší. Jako první tento pojem použil Butler (In Vidovičová, Rabušic, 2005), který vnímá ageismus jako proces systematického stereotypizování a diskriminace lidí pro jejich stáří. Dále uvádí, že ageismus je manifestován na úrovni individuální či institucionální například v podobě stereotypů, mýtů, otevřeným opovržením, averzí, vyhýbání se kontaktu či diskriminačními praktikami v různých oblastech života. Palmore (In Vidovičová, Rabušic, 2005, s. 5) definici ageismu rozvíjí a říká, že ageismus je: „jakýkoli předsudek nebo diskriminace proti nebo ve prospěch věkové skupiny. Předsudky vůči věkové skupině jsou negativní stereotypy vůči této skupině nebo negativní postoje založené na stereotypu. Diskriminace vůči věkové skupině je nepatřičné, nemístné zacházení se členy dané věkové skupiny.“ Traxler (In Tošnerová, 2002) uvádí 4 zdroje ageismu vedoucí k negativním stereotypům a mýtům: 1. strach ze smrti, (strach před konečností života), 2. důraz na mládí a fyzickou krásu (strach z úbytku tělesné a duševní atraktivity, energie), 3. sepjetí produktivity s ekonomickým potencionálem (strach ze ztráty statusu a prestiže), 4. způsob jak je zjišťován skutečný stav společnosti vedoucí k ageismu.

Ageismus lze zaznamenat například v následujících oblastech: občanství (problém participace), pracovní trh (marginalizace, nezaměstnanost osob vyššího věku), důchodový systém (předčasné důchody, rigidita systému), zdravotní péče (omezování výdajů, etika péče, zneužívání a špatné zacházení se seniory), sociální péče, životní prostředí (prostorová segregace, bariérovost prostředí), média (nepřítomnost seniorů, negativní image stáří), jazyk (označování jako senilita, geriatric, které v sobě obsahují neschopnost a bezvýznamnost stáří) literatura, vtipy, jazykové obraty, vzdělání (nerovný přístup), věda (zkreslování údajů) (Vidovičová, Rabušic, 2005).

Rozvíjející se formy věkové diskriminace mohou mít vysokou vypovídající hodnotu o sociálním klimatu takových společností. „To, zda společnost přijímá stáří a vyšší věk jako příležitost nebo jako rozrůstající se ohrožení, se projevuje v jejich proklamovaných hodnotách i v realizované praxi“ (Vidovičová, Rabušic, 2005, s. 5). Jedním ze způsobů, jak zmírnit předsudky je rozšířit „možnosti sociálního kontaktu mezi jedinci nebo konfliktními skupinami“ (Kalvach a kol., 2004, s. 106). To znamená podpořit kontakty uvnitř generací i mezi generacemi, zvýšit informovanost o stáří.

Senioři jak říká Rabušic ( In Petřková, 2004 s. 17): „Mají nárok na respekt a úctu, protože jsou plnohodnotnými bytostmi, které se neliší od jiných dospělých. To si však musí uvědomit i senioři, kteří sami často přispívají k vytváření a udržování negativních stereotypů tím, že svými projevy „nevytvářejí obraz sebevědomé a vitální skupiny.“

Na utváření pozitivního obrazu stáří se tedy musí podílet také sami senioři. Jak uvádí Haškovcová (2004, s. 53): Senioři mají mít možnost hájit své zájmy, a to účastí v celém spektru politického dění. O své místo se však senioři musí ucházet a participovat na životě celé společnosti. Utváření pozitivních postojů ke starší generaci je obtížné, ale nutné i vzhledem k „nové“ charakteristice stáří (Ries In Sýkorová, Chytil, 2004, s. 76).



## 2. Přechod z ekonomicky aktivní sféry do důchodu

Stářím končí obvykle období pracovní produktivity a nastává odchod do důchodu,...“ (Nakonečný, 1997, s. 418). Říčan upozorňuje, že samotné slovo „odchod do důchodu“ je negativně zabarvené a doporučuje používat spíše slovo „vstup do důchodu nebo přechod“ (Říčan, 1990). V citacích některých autorů však nalezneme „odchod do důchodu.“ „Odchod do důchodu, zvláště je-li nucený, je náročnou a velmi významnou životní událostí. Člověk ztrácí své dosavadní role a mění se jeho sociální postavení. Opouští svou profesní dráhu a současně určitým způsobem bilancuje svůj život...“ (Pacovský, 1997, s. 28 - 29). Vstupem do důchodu dochází k poklesu životního standardu v důsledku snížení příjmů, a tím také vzniku pocitu ekonomické nejistoty, ztrácí se kontakt s lidmi ze zaměstnání, zvyšuje se nebezpečí sociální izolace, člověk mění svoji identitu a s touto realitou se musí vyrovnat, přijmout ji a nově ji zpracovat. S odchodem do důchodu souvisí také změna struktury času. Nestrukturovaný volný čas je nejen šancí, k osobnostnímu rozvoji a seberealizaci, ale může být také problémem (Kalvach, 1997).

Pro muže bývá většinou představa vstupu do důchodu těžší než pro ženy, které se s touto situací vyrovnávají lépe. Nikoli zřídka se objevují pocity méněcennosti a dochází k poklesu životní spokojenosti. Jak uvádí Swan a kol. (In Hamilton, 1999, s. 163) u některých lidí dochází dokonce k situacím „kdy trpí vážnými psychickými obtížemi, protože mají pocit, že již nejsou užiteční.“

„Špatná adaptace na odchod do důchodu se někdy označuje jako důchodová krize, penzijní debakl, penzijní nemoc“ (Pacovský, 1997, s. 29).

Hranici důchodového věku stanovujeme dle kalendářního věku. Tato hranice je dána právními normami. V různých státech je rozdílná pro muže a ženy. Nejčastěji je tato hranice 60 let pro ženy a 65 let pro muže. Ve skandinávských zemích je tato hranice dokonce 67 let (Česká správa sociálního zabezpečení, 2007). I v České republice je hranice odchodu do důchodu proměnlivá, od 1.1. 1996 do 31.12. 2012 se tato hranice postupně prodlužuje. Záleží na době, kdy pojištěnec dosáhl důchodového věku a na délce pojištění. Potřebná doba pojištění pro nárok na starobní důchod činí nejméně 25 let. Při dosažení 65 let věku pojištěnce činí potřebná doba pojištění 15 let. U žen se navíc odpočítávají léta podle počtu vychovaných dětí. V současné době se hranice důchodového věku pohybuje v České republice v rozmezí 61-63 let pro muže a pro ženy může být od 53-63 let v závislosti na počtu dětí (Výpočet starobního důchodu, 2007).

„Odchod do důchodu jako hranice pro vymezení počátku stáří v sobě kombinuje jak biologickou, tak i sociální dimenzi stárnutí“ (Příhodová, 2004, s. 84 ). Na druhou stranu Pacovský (1997, s. 21) uvádí, že: „nemůžeme začátek důchodového věku ztotožnit se stářím.“

„Okamžik vyloučení z pracovních poměrů je upraven zákonem, bez ohledu na individuální kondici a přání. Povinný odchod do důchodu se ukazuje [...] na nepoměrně vysokém podílu důchodců na populaci. Zlepšená sociální a zdravotní péče vede k prodlužování lidského věku, ve stejné době se ale paradoxně snižuje věk, kdy lidé přestávají být užiteční pro zaměstnavatele. Důchodový věk, stáří, proto nepochází od přírody, ale je dokonce velmi úzce determinováno stavem pracovního trhu, na rozdíl např. od pracovní neschopnosti pro invaliditu nebo nemoc. Mnoho členů společnosti bylo dokonce vyloučeno ještě před dosažením zákonného důchodového věku, a to pro progresivní vývoj produktivity, která má za následek přebytek pracovních sil“ (Šmausová, 2004, s. 18).

Vyřazování starých lidí z pracovních sil přispívá k tomu“, že je na mnohé pohlíženo jako na slabé, neužitečné a závislé, s tendencí vylučovat je ze společenského dění a v podstatě od nich nic neočekávat“ (Rabušic, 1995, s. 146).

„Orientace na výkon, ekonomickou soběstačnost a úspěch způsobuje, že se lidé „bojí“ jít do penze, a to nikoliv jen pro reálné snížení svých příjmů“ (Haškovcová, 2004, s.18).

„Mnozí senioři se bez pomoci nedovedou začlenit do rychle se měnící společnosti a držet krok s dobou. Potřebují více příležitostí a podporu, s ohledem na jejich celoživotní zkušenosti, praxi a prožitky“ (Kubů, 2005, s. 9).

Všechny uvedené skutečnosti poukazují na to, že pro mnohé seniory by bylo výhodnější, aby odchod z ekonomicky aktivní sféry do důchodu probíhal postupně, například formou zkrácených úvazků. Tyto možnosti jsou však omezené, a tak lidé dávají přednost „řádnému odchodu do důchodu“, někteří dokonce pracují déle.

## **2.1. Ztráta životního programu**

Život dospělého je zcela pod nadvládou placené práce. „Placená práce a povolání se v průmyslovém věku staly osou života“ (Šimek, 2004, s. 54). Dokonce i „stáří“ je definováno nepřítomností práce. Člověk je nazýván starým bez ohledu na to, jak se

doopravdy cítí. Podle Giddense (1999) má práce v životě člověka několik základních funkcí: uspokojení ekonomických potřeb, seberealizace, uplatnění znalostí a schopností, navázání sociálních kontaktů, rozšíření a upevnění sociálních sítí, dosažení společenského statusu a prestiže, strukturace času.

„Mnoho zaměstnaných lidí (obzvláště mužů) si vytvořilo svůj status a sebehodnocení prostřednictvím práce. Jakmile však člověk odejde do důchodu ztrácí spolu se zaměstnáním i svůj status. Důchodci si proto musí najít něco, co je činí jedinečnými, čím by si zasloužili vážnost, jež dříve plynula jaksi samozřejmě z jejich pracovního zařazení“ (Hamilton, 1999, s. 155).

Změna společenských rolí důchodců a starých lidí se stává zásadním problémem. Hodnocení stáří mladšími je často velmi nízké, od seniorů se nic neočekává. V praxi však můžeme vidět střetávání dvou krajních modelů řešení:

Pacovský například tvrdí: „že pokud má stárnoucí člověk funkční předpoklady, má mít šanci k zachování svých dosavadních rolí a aktivit. Má na to dokonce právo, které může, ale nemusí využít“ (Pacovský, 1997, s. 30). Jiní odborníci naopak prosazují, aby se stárnoucí člověk vyvázal z dosavadních povinností, závazků a odpovědnosti neboli se důsledně stáhnul (v angl. disengagement). Stažení považují za přirozený a nutný proces. Sám Pacovský (1997, s. 30) zastává „názor individuálního přístupu na základě reálného sebehodnocení a objektivního poradenství.“ Dále uvádí, že: „I ve vyšším věku jsou přiměřené role součástí spokojeného a užitečného života a společenské integrace“ (Tamtéž, s. 30).

Řešením může být také přiměřená nabídka aktivit, příprava na stáří, včasné nalezení tzv. náhradních činností ve středním věku, a také vhodná společenská atmosféra zaměřená na uspokojení těchto komplexních potřeb u lidí, kteří odcházejí do penze (Kalvach, 1997, s. 124-125).

## **2.2. Příprava na stáří**

Je důležité, aby se člověk na přechodu z pracovní sféry do důchodu připravil. Každý člověk si je za kvalitu svého stáří do jisté míry zodpovědný (Pacovský, 1997). O tom, co bude člověk dělat, až nebude moci, by měli lidé přemýšlet s dostatečným předstihem. Za tímto účelem by měly být vyvíjeny programy přípravy na stáří, a to přinejmenším od období střední dospělosti. I. Kant „dospěl k závěru, že stáří je pouze

závěrečnou etapou života, o které rozhodujeme celý život svými postoji, jednáním, chováním a celkovou pílí“ (Štílec, 2004, s. 14).

Pacovský (1997) a Haškovcová (1989) hovoří o dlouhodobé, střednědobé a krátkodobé přípravě. Dlouhodobá příprava je přípravou celoživotní. Střednědobá příprava zahrnuje 3 základní sféry: 1. biologickou, která se týká osvojení si životního stylu, 2. psychologickou – která se týká akceptace stáří jako nedílné součásti života a 3. sociální – zaměřenou na „pěstování mimopracovních aktivit, vytváření a udržování osobních vztahů a společenských styků i mimo vlastní pracoviště, věnování se koníčkům a rozvíjení zájmů nesouvisejících pouze s výkonem profese“, kdy si člověk postupně vytváří náhradní program (Pacovský, 1997, s. 28). A nakonec příprava krátkodobá, která je realizována 3-5 let před předpokládaným odchodem do důchodu a týká se především vytvoření příznivých podmínek pro život v domácím prostředí. Přípravu na stáří (a na důchod) je možné považovat za jeden z „léků proti věku“. „Lék“ se však musí začít užívat včas, ne teprve, když nás stáří překvapilo“ (Tamtéž, s. 29).

### 2.3. Adaptace na stáří

Při řešení otázky optimální adaptace na stáří je potřeba přihlížet ke všem individuálním předpokladům: zdravotním, profesním, rodinným, bytovým a dalším. Dále je zapotřebí „brát ohled na integritu osobnosti starého člověka a respektovat jeho volbu adaptovat se takovým způsobem, který mu vyhovuje, ...“ (Kalvach a kol., 2004, s. 106)

„Pro mnohé jedince je vhodný styl aktivního stáří, u jiných je nezbytné část aktivit omezit, nebo je zcela vyloučit, pak je ovšem vhodné hledat za ně náhradu“. Z výše uvedeného je patrné, že: „cesta životem směrem ke stáří je také věcí životního stylu a začlenění do lidských vztahů a vazeb“ (Tamtéž, s. 106).

Kalvach a kol. (2004, s. 106) formulovali několik teorií vyrovnávání se stářím:

➤ Teorie aktivního stárnutí.

Považuje za základní předpoklad optimální adaptace ve vyšším věku podržení činností a kontaktů se světem.

➤ Teorie postupného uvolňování z aktivit.

Základní podmínky úspěšné adaptace spatřuje v tom, že se jedinec naopak z řady funkcí a činností uvolní.

➤ Substituční teorie.

Klade důraz na nahrazení stávajících činností, povinností a rolí, které již starého člověka zatěžují, jinými vhodnými aktivitami.

Další typy strategií vyrovnávání se stářím specifikoval D. B. Bromley (In Haškovcová, 1989). Autor charakterizoval 5 následujících strategií a jejich charakteristiky:

1. *Strategie konstruktivní* – starý člověk dokáže mít i s přibývajícím věkem radost ze života, je si vědom svých možností a vyhlídek, smrt přijímá bez nadměrného strachu a zoufalství.
2. *Strategie závislosti* - převažuje sklon k pasivitě a závislosti na druhých lidech.
3. *Strategie obranná* – člověk je přehnaně aktivní, jeho cílem je zahnat všechny myšlenky na vlastní obtíže a případnou blízkost životního konce.
4. *Strategie hostility* – viní druhé lidi nebo okolnosti ze svých nezdarů, časté je spojení s agresivitou, podezřívavostí a stěžováním si.
5. *Strategie sebenávisti* - starý člověk obrací agresi vůči sobě, je nadměrně kritický, i k prožitému životu, ve smrti spatřuje vysvobození.

Podobné charakteristiky starých lidí nalezneme i u M. P. Dessaintové, která uvádí ve své knize tři kategorie stáří podle způsobu života lidí starších osmdesáti let:

➤ *Úspěšné stáří (25%)*

Tito lidé tvoří elitu mezi starými lidmi, jsou velmi aktivní, vitální, čilí, zvědaví, otevření novým věcem a dokážou stále experimentovat.

➤ *Neúspěšné stáří (10%)*

Tito lidé jsou smutní, zmatení, nudí se a neumí se během dne zaměstnat. Mají často špatnou náladu, zlobí se a neustále si stěžují.

➤ *Očekávané stáří (65%)*

Pro tyto lidi představuje stáří a smrt přirozené vyústění, na které je třeba pasivně čekat. Jsou spokojeni se všedním, jednotvárným životem, nevyhledávají nové zkušenosti a nejsou aktivní (Dessaintová, 1999, s. 12).

Kalvach a kol. (2004, s. 110) dále uvádí 5 prvků optimální adaptace: 1. perspektiva, 2. pružnost, 3. prozíravost, 4. porozumění pro druhé, 5. potěšení.

Úspěšná adaptace se odvíjí od toho, zda převládá zaměření člověka na budoucnost či na minulost, tj. jaká je jeho životní perspektiva. K dobré adaptaci přispívá, pokud si lidé udržují pružnost chování a myšlení i ve vyšším věku. Prozíravost jako výsledek nasbíraných životních zkušeností pomáhá člověku předcházet nečekaným situacím.

Důležitým prvkem optimálního začlenění do různých společenství je způsob, jak člověk vnímá druhé lidi, jak se do nich dokáže vcítit, zda si dokáže uchovat radost i ve vyšším věku. To vše mu umožňuje se dobře adaptovat (Kalvach a kol., 2004, s. 110)

Ve výzkumu „Senioři ve společnosti. Strategie zachování osobní autonomie“, který uvádí Sýkorová (2004, s.106) prezentují senioři jako důležitou strategii adaptace na stárnutí a stáří „udržování blízkých sociálních vztahů – zázemí“ stejně tak i „zvládání života jako celku“ a dále „mnozí senioři prezentují jako významnou podmínku udržení osobní autonomie vůlí“, kterou promítají i do své interpretace „strategie adaptace na stáří“ (Tamtéž, s. 111).

Studie Wilken et al. (In Sýkorová, Chytil, 2004), která se zabývala otázkou, jaké strategie používají nejstarší senioři k zachování funkční, sociální a ekonomické nezávislosti poukazují na pozitivní roli sociálních vazeb (connectedness, attachment) seniorů v podpoře jejich osobní autonomie.

Rozhodujícím činitelem aktuální adaptace může být způsob chápání smyslu života (Kalvach a kol., 2004). Ztrátou pracovní činnosti ztrácí člověk i smysl existence a jeho znovunalezení bývá pro něj „bolestivé, někdy i nemožné“. Nalezení životního smyslu v situacích, ve kterých se člověk nachází je nejen základním motivačním procesem, ale také „předpokladem dosažení duševní vyrovnanosti a následně i zdraví, rozhoduje o odolnosti jedince v jeho životě. Nalezení životního smyslu je tedy předpokladem adaptivního fungování v podmínkách života individua“ (Kliment, 2004 s. 242).

Podle Frankla (1997, s. 19) člověk hledá a nachází smysl vlastní existence trojí cestou: „Za prvé vidí smysl v tom něco dělat nebo tvořit. Dále vidí smysl v tom něco prožít, někoho milovat; ale také ještě v beznadějně situaci, vůči níž stojí bez pomoci, vidí za jistých okolností smysl.“ To na čem záleží, je stanovisko a postoj člověka, který zaujme k dané situaci, zda se skutečnosti podá nebo v ní nalezne pro sebe výzvu. Toto lze uplatnit i ve vztahu ke stárnoucímu člověku.

Existuje mnoho příkladů které potvrzují, že lidé, kteří ani ve stáří nepřestávají být aktivní, se dožívají častěji vyššího věku, než jejich vrstevníci, kteří takto nečiní. Období stárnutí tedy může být pro seniory obdobím, kdy mohou realizovat své zájmy, na které dříve neměli čas.

### 3. Volný čas a aktivity seniorů

Od dětství a mládí se člověk vzdělával a rozvíjel pro svoji profesní budoucnost. V zaměstnání šlo člověku o větší výkon, o to jak si více vydělat a „paradoxem důchodovém věku je“, jak to výstižně vyjádřila Sheila D. Chown (In Haškovcová, 1989, s. 50) „nutnost adaptovat se na chybění schopnosti dále se rozvíjet.“ Člověk v důchodu nemusí dělat nic a zároveň může dělat všechno.

Podle U. Lehr (In Haškovcová, 1989, s. 48) platí pro důchodce, že jeho sociální role je „být bez sociální role.“ Člověk se musí vyrovnat s tím, že už se nebude pracovně dále rozvíjet. V tomto období může volný čas dobře plnit funkci kompenzační.

Nečinnost je často spojena s prázdnotou, nízkou kvalitou života. Je proto potřeba aktivity rozvíjet a posilovat i v pokročilém věku tak, aby byli senioři co nejvíce podporováni ve své autonomii a v sebeobsluze, která je považována za hlavní znak udržení osobnostní autonomie (Kliment, 2004, s. 242)

Aby toto úsilí nenabývalo nežádoucích forem je důležité „respektovat přání a možnosti konkrétního člověka,“ brát v úvahu současný stav i podmínky ve kterých žije (Kalvach, 1997, s. 82).

Pro průběh stáří a kvalitu života seniora je rozhodující, zda jedinec žije či nežije v sociální izolovanosti (bez manželského partnera, bez kontaktu s dětmi, bez přátel a dalších sociálních kontaktů), jaký je jeho zdravotní stav, zda je či není závislý na péči druhých a zda má či nemá zájmy, které by vyplňovaly jeho nyní podstatně delší volný čas (Nakonečný, 1997).

V otázkách stárnutí je jedním z klíčových pojmů „soběstačnost“, která je předpokládaným důsledkem životního stylu, individuální zodpovědnosti za přípravu na stáří a péče o zdravotní stav jedince.“ Rovnice „zdraví = soběstačnost = kvalita“ se považuje za základní predikci aktivního a spokojeného stárnutí (Vidovičová, In Sýkorová, Chytil, 2004, s. 61).

Část seniorů si soběstačnost, aktivitu, životní program a řízení svých náležitostí včetně společenské participace a seberealizace do nejvyššího věku zachovává. Jiní propadají do problémů, neúspěšnosti, izolace a „reagují na životní situaci strategií stažení či rezignací a apatií,“ [...] a další senioři „by aktivní rádi byli, aktivita jim chybí, ale nevědí, jak vytvořit vhodné podmínky pro zájmovou činnost, nebo k tomu nemají možnosti“ (Kalvach a kol., 2004, s. 437).

Zdravý člověk je schopen plánovat a organizovat své aktivity samostatně. Člověk jehož zdraví je nějakým způsobem oslabeno je ve svých aktivitách limitován. „Život seniora je kromě zdravotního stavu ovlivňován i závažnými změnami a událostmi sociálními, jakými jsou odvodění, penzionování [...] přestěhování do neznámého prostředí, zhoršení životní úrovně, ohrožení soběstačnosti, nástup do dlouhodobé ústavní péče“ (Kalvach a kol., 2004, s. 437).

Aktivita ve stáří je ovlivněna také individualitou starého člověka, společenskou atmosférou a nabídkou možností v místě, kde senioři žijí (Zavázalová a kol., 2001).

Stáří nemá v současné době jasné sebepojetí, jak tomu bylo například v minulých dobách. V této souvislosti se před námi otevírá otázka tzv. druhého životního programu, který „má za cíl vyplnit čas, ve kterém už nelze dělat to, co dosud“ (Haškovcová, 1989, s. 48). Abychom mohli vytvořit druhý životní program, je potřeba „znát a formulovat potřeby starého člověka.“ Starý člověk „potřebuje přiměřené zdraví, materiální a finanční zabezpečení, dále místo kde je doma, kde se cítí vážen a ctěn, kde ho mají rádi a kde on má někoho rád“ (Tamtéž, s. 139).

Potřeby starého člověka se příliš nemění, jen jejich naplňování musí být jiné. Aktivita člověka se upíná ke stejným cílům, ale má odlišný obsah. Nesmí však být jen aktivitou doplňkovou (náhradní), ale člověk z ní musí mít pocit užitečnosti. Je tedy dobré, když lidé už předtím pěstovali nějakého koníčka, kterému se nyní mohou věnovat a který zároveň nenese užitek jen jim, ale i ostatním. V tomto období se otevírá možnost více se věnovat širší rodině, péči o vnoučata a realizaci plánů, na které staří lidé doposud neměli čas.

### **3.1. Charakteristiky aktivit seniorů**

Při přípravě a podpoře aktivit seniorů je třeba respektovat následující specifika:

- Jedinečná životní zkušenost ovlivňuje zájem konkrétního seniora o určité druhy činností a odmítání činností jiných.
- Činnost musí odpovídat individuálnímu tempu.
- Činnost musí mít smysl.
- Činnost musí být přiměřená schopnostem člověka.
- Senior je schopen sám posoudit výsledek své práce.

(Kalvach a kol., 2004, s. 438)



Motivaci k aktivitě podporuje:

- důraz na praktickou každodennost - podpora každodenních, běžných činností,
- smysluplnost,
- dobrovolnost,
- příjemnost,
- sociální přiměřenost – činnost musí posilovat důstojnost a sebepojetí toho, kdo ji vykonává,
- úspěšnost – přinášet konkrétní a viditelný výsledek a prožitek úspěchu,
- pomoc a podmiňování - podpora aktivity.

(Kalvach a kol, 2004, s. 439)

### 3.2. Význam aktivit ve stáří

„Aktivita je způsob, jak člověk může přežít, jak může uspokojit své potřeby, jak si může zpříjemnit život, jak může vytvořit něco, co ho přesahuje. Činnosti přinášejí člověku mnohé – strukturují čas, ovlivňují společenské kontakty, podporují fyzickou i duševní činnost, vytvářejí společenský status“ (Tamtéž s. 438). „Kvalitní činnosti dávají seniorům příležitost k rozhodování, k zodpovědnosti, poskytují možnost ověření vlastních schopností“ (Tamtéž, s. 440).

Mnozí odborníci tvrdí, že aktivní život dokonce zlepšuje stav mozku (Pacovský, 1997), a že aktivity mohou být prostředkem k dosažení lepšího zdraví (Rheinwaldová, 1999), prostředkem komunikace a příležitostí ke sdílení. V pojetí Vostrovské (1998) je aktivita součástí mentální hygieny, je „terapií na stáří“ i prevencí psychosociálního stárnutí. Jakákoli aktivita člověka podpoří tak, že bude moci žít co nejdéle ve svém domácím prostředí.

„Aktivity ve vyšším věku jsou ovlivněny mnoha okolnostmi [...] Především však rozhoduje individuálnost osobnosti“ (Pacovský, 1997, s. 31). Každý má osobní pojetí svého stáří, svoji hierarchii hodnot i potřeb. Starý člověk nově zvažuje čas života a čas v životě. Čas už starého člověka nespojuje jako dříve, na druhé straně nemusí umět jeho množství využít. Ve třetím věku se mnohým seniorům otevírá prostor samostatně přijímat a uskutečňovat vlastní rozhodnutí. Každý senior by měl mít svůj vlastní program. „Ztráta programu znamená neradostné stáří“ (Pacovský, 1997, s. 32).

### 3.3. Typy aktivit ve stáří a jejich formy

Dnešní generace seniorů klade na tzv. aktivní stáří větší důraz. Mnozí senioři už se neupínají k usedlému životu a péči o vnoučata tak jako dříve, „ale (pokud jim to zdraví a okolnosti dovolí) rádi poznávají, cestují, věnují se různým zálibám a aktivitám“ (Matýsková, 2004, s. 254). Přesto stále existuje rozdíl mezi českým seniorem a seniorem, který žije v zahraničí. Čeští senioři stále více dávají přednost rodině před svými potřebami, očekává se od nich stálé nasazení pro rodinu. Oproti tomu v zahraničí je respektováno více právo seniora na vlastní čas a vlastní program.

V poslední době se v rámci komunity nabídky činností pro seniory rozšiřují. Kalvach a kol. (2004, s. 441) uvádí různé typy aktivit - vzdělávací, zájmové, pohybové, poznávací programy, kulturní programy, aktivity zaměřené na komunikaci.

Autoři dále rozdělují činnosti podle různých kritérií:

1. *činnosti podle místa v životě člověka* - činnosti všedního dne, pracovní činnosti, péče o sebe, činnosti volného času a rozvoj a vzdělávání,
2. *činnosti podle okruhu uspokojených potřeb*
  - činnosti k zabezpečení základních biologických potřeb – jídlo, pohyb,
  - činnosti podporující jistotu, bezpečí, autonomii, orientaci a kontinuitu – reminiscence, duchovní život,
  - činnosti sociální povahy – zaměřené na budování vztahů, posilování sociální sítě, začleňování do společenství lidí, participaci, sociální status, užitečnost pro druhé,
  - činnosti podporující identitu, důstojnost a osobní rozvoj – studium, vzdělávání, učení se novým činnostem,
  - činnosti seberealizační – tvorba, umění, hledání smyslu života,
3. *činnosti podle počtu zapojených osob*
  - individuální aktivity – vykonávané samostatně,
  - párové činnosti – vykonávané s partnerem,
  - společenské aktivity – vykonávané ve velkých skupinách,
  - skupinové aktivity – vykonávané v cíleně vytvořených malých skupinách.

Řada seniorů tíhne například k aktivnímu vzdělávání, v rámci různých přednášek, kurzů, univerzit třetího věku, poznávacích zájezdů. Oblast vzdělávání a vzdělávacích aktivit je důležitou oblastí, která může v seniorském věku napomáhat zachování

autonomie. Jak uvádí (Matýsková, 2004, s. 254): „Se zvyšujícím se počtem seniorů ve společnosti [...] lze předpokládat, že tato oblast bude do budoucna nabývat stále většího významu.“

Vzdělávací aktivity senioři vyhledávají z různých důvodů. Motivem může být například potřeba (nebo komplex potřeb):

- být aktivní, seberealizovat se,
- rozvíjet své původní zájmy, svou profesi, specializaci,
- získat nové poznatky, poznat něco nového, rozšířit svou všeobecnou orientaci nebo orientaci ve specifické disciplíně ,
- naučit se novým dovednostem,
- zachovat si svoje stávající vědomosti, dovednosti a schopnosti, udržet si tělesné a intelektuální síly, případně odstranit nebo kompenzovat deficity,
- udržet si svou samostatnost, autonomii,
- vytvořit si a rozvíjet sociální kontakty, potřeba sociálního přijetí a ocenění,
- realizovat svá přání, hledat nový smysl života.

(Tamtéž, s. 254)

Možnosti aktivit jsou různé, důležité je, aby byly přizpůsobeny individualitě stárnoucího a starého člověka. Volbu činností ovlivňuje i to, co člověk dělal dříve a co z toho ještě dělat může (Pacovský, 1997). Nabídka aktivit by navíc měla být přiměřená. Některé aktivity mohou dokonce plnit funkci „druhého životního programu“.

### **3.4. Druhý životní program**

Pojem druhý životní program označuje takové aktivity, které přinášejí lidem v důchodu „pocit uspokojení a společenského uznání, jenž je srovnatelné s tím, když byli zaměstnání“ (Haškovcová, 2004, s. 20).

Vhodně zvolený druhý životní program nemá pouze charakter náhradní činnosti, ale umožňuje člověku smysluplně vyplnit volný čas, čelit mnoha problémům, které život v důchodu přináší, může mít pozitivní vliv na kvalitu jeho života, vyžaduje však od člověka aktivní postoj. Ptáčková (2002, s. 11) uvádí základní funkce, které druhý životní program splňuje:

- uvědomění si vlastní hodnoty a produktivity,
- prostředek aktivní účasti na životě společnosti, komunity,
- rozšiřování a posilování sociálních sítí,

- strukturace času.

Druhý životní program podle Haškovcové (2004) může mít následující formy:

1. *Pracovní aktivity*, v původním nebo jiném pracovně právním vztahu. Příkladem mohou být zkrácené úvazky, klouzavá pracovní doba a různé brigády.
2. *Různé aktivity, případně koníčky* sdílené s ostatními nebo organizované pro ostatní
3. *Akademie a univerzity třetího věku.*
4. *Rozmanité formy dobrovolnictví.*

Jednou z forem druhého životního programu mohou být *Akademie třetího věku*. Akademie tvoří pestré cykly přednášek, které jsou zpravidla monotematicky zaměřené. „Délka trvání kolísá od 3 měsíců do 1 roku. Senioři si zvolí obor svého zájmu, zpravidla zaplatí poplatek a po absolvování jednoho kurzu se mohou postupně přihlašovat do dalších“ (Haškovcová, 2004, s. 20). Akademie třetího věku „jsou vhodné pro ty seniory, kteří již nemohou nebo nechtějí pracovat a individuální aktivity jim nepřinášejí pocitu sounáležitosti, ať již s vrstevníky nebo s věkově mladšími lidmi“ (Tamtéž, s. 20). Příkladem je Akademie volného času v Praze, kterou založila Ing. Dana Steinová. Akademie nabízí pestrý program v podobě odborných přednášek, které bývají rozšířené i o přednášky seniorů. Senioři se také mohou podílet na přípravě a realizaci výměnných zájezdů do ciziny a navazovat přátelství se seniory ze zahraničí. Doprovodný program odborných přednášek tvoří cykly trénování paměti (Tamtéž, s. 21)

Další formou jsou *Univerzity třetího věku (U3V)*, které vznikají při vysokých školách. Jsou náročnou formou aktivit seniorů, protože vyžadují nejen účast, ale také důkladné studium, které je následně kontrolováno zkouškami. Vzdělávání má charakter osobnostního rozvoje nikoli profesní přípravy. Organizačně patří Univerzity třetího věku, Univerzita volného času nebo Akademie volného času do programů Celoživotního vzdělávání. Posláním Centra celoživotního vzdělávání je poskytovat dostupné a kvalitní zájmové vzdělávání pro všechny věkové kategorie.

V Praze je součástí Celoživotního vzdělávání i *Centrum zdravého stárnutí*, které se zaměřuje na psychologicko zdravotní obor a *Experimentální univerzita pro vnoučata a prarodiče*, ve spolupráci s vysokými školami. Centrum celoživotního vzdělávání nabízí účastníkům doprovodný aktivizační program, který zahrnuje kulturní a společenské akce a aktivity v rámci *Klubu vzájemného porozumění* (jazykové kurzy, pohybové aktivity, malování, ruční práce atd.). Tyto aktivity vedou studenti pro své kolegy zdarma. Účastníci

platí jen symbolický vstupní poplatek (Informační materiály centra Celoživotního vzdělávání, 2005).

Podle Kalvacha (1997) je však potřeba více aktivit pro seniory v mimouniverzitních institucích. Jedná se například o aktivity, které nabízí příležitost navázání kontaktů a rozšíření komunikačních příležitostí. Příkladem mohou být různé kluby – např. Kluby důchodců. Další seniorské aktivity nabízejí například seniorská centra. Jedná se především o aktivity společenské (seniorské kavárničky, internetové kavárničky), ale také již výše zmiňované aktivity vzdělávací (přednášky, kurzy, semináře) a pohybové aktivity.

Další, ale prozatím málo obsazenou sférou seniorských aktivit jsou nejrůznější systémy vzájemné a solidární pomoci. Senioři však nejsou příliš ochotní se takto angažovat a spoléhají na pomoc státu. Žádný stát však nemůže zajistit veškerou pomoc. Proto většina států podporuje aktivní zapojení starších občanů do plánování a realizace projektů, které se jich týkají (Haškovcová, 2004).

Jednou z aktivit, která tyto prvky naplňuje je i dobrovolnická činnost. Je potřeba podporovat všechny formy aktivit a rozšiřovat jejich nabídku. Aktivity jako dobrovolná činnost v občanských sdruženích, různých spolcích a svépomocných skupinách společně s celoživotním vzděláváním a rozvojem zájmů a koníčků mohou kompenzovat i nedostatek pracovních příležitostí.

#### 4. Podpora aktivního stárnutí v mezinárodních dokumentech

Problematikou aktivního stárnutí se zabývají různé programy, plány i zásady, které obsahují mnoho doporučení a postupů. Vznikají i různé organizace na podporu aktivního stáří. Prvním mezinárodním nástrojem na problematiku stárnutí byl *Mezinárodní akční plán k problematice stárnutí, 1982*. Tento plán je zaměřen na posílení schopnosti států a občanské společnosti řešit účinně stárnutí populace, využívat rozvojového potenciálu seniorů a reagovat na jejich potřeby. Plán podporuje regionální a mezinárodní spolupráci a ovlivňuje myšlenky a formulace politik a programů pro problematiku stárnutí. Zahrnuje 62 doporučení pro kroky zaměřené na výzkum, sběr a analýzu dat, výcvik, vzdělávání v následující odvětvích: zdraví a výživa, ochrana starších konzumentů, bydlení a životní prostředí, rodina, sociální zabezpečení, zabezpečení příjmu a zaměstnání, vzdělávání (Mezinárodní akční plán k problematice stárnutí, 1982). Kalvach (1997, s. 11) uvádí některé zásady uvedené v Mezinárodním akčním plánu: „Senioři by měli být aktivními účastníky tvorby a realizace politických opatření, včetně těch, které se jich zvláště dotýkají.“ A dále: „Vlády a především místní orgány, nevládní organizace, dobrovolníci a dobrovolnické organizace, včetně seniorských sdružení, mohou mimořádně přispět úspěšnosti podpory a péče, kterých se dostává starým lidem v rodinách a komunitě. Vlády by měly podporovat a povzbuzovat dobrovolné aktivity tohoto druhu“ (Tamtéž, s. 11).

Pacovský (1997, s. 33) zmiňuje v souvislosti s využitím potencionálu seniorů *Chartu práv a svobod starších lidí, 1990*. Zde se uvádí: „Generace starších není na odpočinku. Spolu s druhými a pro druhé se učí, objevuje, inovuje tak, aby nepředstavovala jenom objekt pro pomoc, ale také zdroje, které lze rozvinout ve službě jiným.“

Dalším dokumentem, který zdůrazňuje podporu autonomie seniorů, seberealizace a participace na životě společnosti jsou *Zásady OSN pro seniory, 1991*. Dokument tvoří celkem 18 zásad, které jsou seřazeny do pěti následujících oblastí vztahujících se k postavení seniorů: nezávislost, zapojení do společnosti, péče, seberealizace a důstojnost. Některé ze zásad uvádí například Kalvach (1997, s. 13-14) a Haškovcová (2004, s. 71-72). Ze zásad týkajících se participace seniorů na životě společnosti uveďme článek č. 7: Staří lidé by měli zůstat zapojeni ve společnosti, aktivně se podílet na formulování a naplňování opatření, která se jich přímo týkají a dělit se o své zkušenosti, znalosti a dovednosti s mladšími generacemi.

Článek č. 8: Staří lidé by měli mít možnost vyhledávat a rozvíjet příležitosti pro službu komunitě a sloužit jako dobrovolníci na místech odpovídajících jejich zájmům a schopnostem (Kalvach, 1997; Haškovcová, 2004). Dále ze zásad týkající se seberealizace seniorů citujeme: „Staří lidé by měli mít možnost vyhledávat příležitosti k plnému rozvoji svého potenciálu“ (Kalvach, 1997, s. 14).

Podporu participace seniorů a jejich zapojení jako dobrovolníků nalezneme i v dokumentu „*Globální cíle týkající se stárnutí do roku 2001*“ přijaté Valným shromážděním OSN v říjnu 1992 a citované Kalvachem (1997, s. 15). Jedním z cílů uvedeným v bodě č. 3 je: „Podporovat komunitní program péče a participaci seniorů“ a v bodě č. 6: „Vytvořit globální síť seniorů – volunternů pro sociální a ekonomický rozvoj“.

Za základ rozvíjení seniorské a proseniorské politiky je považována *Montrealská deklarace práv a zodpovědnosti starých lidí*, která byla přijata na 4. světové konferenci o stárnutí (Montreal 5.–9.9. 1999). V závěrečném dokumentu doporučili účastníci konference Organizaci spojených národů navrhnout všem členským státům přijetí národních plánů přípravy na stáří, které by byly zaměřeny především na zajištění: všeobecného přístupu seniorů k základním sociálním jistotám, zdravotní péči, základním životním potřebám a dopravě, možnosti aktivní účasti seniorů na sociálním, kulturním a politickém životě, zachování důstojnosti, kvality péče o seniory a zamezení jejich diskriminaci. Další doporučení byla zaměřena na podporu zapojení rodiny a komunity při poskytování péče seniorům, příležitostí k mezinárodnímu dialogu, zájmu a schopnosti veřejného, soukromého a dobrovolného nevládního sektoru spolupracovat ve prospěch seniorů a zpracovat univerzální zásady zajišťující přístup seniorů do všech prostředí (Zvoníková, 2001, s. 3-4).

V roce 2002 byl vydán na 2. světovém shromáždění o stárnutí v Madridu nový *Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí*. Tento plán se orientuje oproti prvnímu z roku 1982 více na problematiku stárnutí rozvojových zemí a zemí s přechodovou ekonomikou. Obsahuje 117 konkrétních doporučení rozčleněných do tří prioritních směrů: senioři a rozvoj, uchování zdraví, tělesné a duševní pohody až do stáří, zajištění příznivého a podpůrného prostředí. V oblasti staří lidé a rozvoj se dokument dotýká například tématu aktivní účasti seniorů na životě a rozvoji společnosti, práce a stárnoucí pracovní síly, přístupu ke znalostem, vzdělání a výchově mezigenerační solidarity. Na rozdíl od předchozího dokumentu z roku 1982 stanovuje Mezinárodní akční plán pro problematiku

stárnutí rovněž mechanismy jeho pravidelného hodnocení a kontroly plnění na národní, regionální i mezinárodní úrovni (Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí, 2002).

V České republice byl vypracován *Národní program přípravy na stárnutí na období let (2003-2007)*, který vychází z předchozích dokumentů - Mezinárodního akčního plánu pro problematiku stárnutí (Vídeň 1982), Zásad OSN pro seniory (1991) dále navazuje na Montrealskou deklaraci přijatou na 4. konferenci Mezinárodní federace pro stárnutí (IFA – *International federation on ageing*) v roce 1999 a je v souladu se závěry II. světového shromáždění OSN o stárnutí v Madridu (8.-12.4. 2002) a přijatého „Mezinárodního plánu stárnutí 2002“. Národní program přípravy na stárnutí na období let (2003-2007) se zaměřuje na 10 následujících oblastí: problematiku etických principů, přirozeného sociálního prostředí, pracovních aktivit, hmotného zabezpečení, zdravého životního stylu, kvality života, zdravotní péče, komplexních sociálních služeb, společenských aktivit, vzdělávání a bydlení. Cílem tohoto dokumentu je podpořit rozvoj společnosti pro lidi všech věkových skupin tak, aby lidé mohli stárnout důstojně, v bezpečí a mohli se i nadále podílet na životě společnosti jako plnoprávní občané. V Národním programu přípravy na stárnutí (2003-2007) se například uvádí, že: „Ke změně společenského klimatu a přijetí starší generace jako plnoprávné složky společnosti je třeba především aktivního přístupu samotných seniorů ke stárnutí a stáří“ (*Národní program přípravy na stárnutí na období let 2003-2007*). Senioři by měli ke změně vnímání stárnutí a stáří ve společnosti přispívat svými aktivitami a postoji, je ale zapotřebí, aby se sami naučili využívat veškerých možností, které jim společnost nabízí a zároveň, aby jim společnost poskytla dostatečný prostor a podmínky k jejich aktivní účasti. „K posílení pozitivních postojů společnosti ke stáří a starším lidem je nezbytná účast seniorů na sociálních, ekonomických, kulturních a dobrovolných aktivitách, jejich odpovědný přístup k vlastnímu životu a zájem o rozvoj společnosti“ (Tamtéž).

V souvislosti s dobrovolnictvím seniorů a využitím jejich zkušeností se v oblasti „Pracovních aktivit“ v opatření číslo 10 například uvádí, že je důležité „Popularizovat a podporovat dobrovolnou a dobrovolnickou práci seniorů na místech, kde lze uplatnit jejich zájmy, dovednosti a schopnosti“ (Tamtéž). V opatření číslo 11: „Zapojovat seniory do oblasti poradenské, lektorské, odborné, vzdělávací apod., a tak využívat jejich celoživotních zkušeností a znalostí.“ (Tamtéž).

V oblasti „Zdravý životní styl, kvalita života“ hlavním cílem je podporovat a rozvíjet programy podpory zdravého životního stylu a zdravého stárnutí, které by omezovaly růst počtu závislých seniorů a podporovaly jejich aktivní život.



V oblasti „Společenských aktivit“ se uvádí, že účast seniorů na společenském životě je nezbytnou podmínkou rozvoje společnosti a je důležitá při vytváření zdravých postojů ke stárnutí a stáří a rovněž ke vzájemnému respektu generací. Cílem společenských aktivit je: „Umožnit seniorům ovlivňovat politický a společenský vývoj, formulovat své potřeby a požadavky a podílet se na jejich realizaci. Získávat seniory k účasti na společenských aktivitách, využívat jejich potenciálu, vytvářet podmínky pro aktivní účast seniorů při tvorbě a realizaci programů a projektů pro ně samé“ (Národní program přípravy na stárnutí na období let 2003-2007).

Jak uvádí Kalvach v časopise Grantis (2005, s. 5): „Povaha dokumentu je však často deklarativní a výčtová.“ Konference „Stárnutí po česku“ kterou pořádala 29.- 30. 9. 2004 Rada seniorů Českého Helsinského výboru a občanské sdružení Život 90 konstatovala, že: „mnohé zásadní problémy zůstávají neřešeny a mnohé nezbytné předpoklady pro komplexní řešení nastávající situace nebyly dosud vytvořeny“

V souvislosti se zapojením seniorů jako dobrovolníků spatřuji důležitou kapitolu V. Zdravý životní styl, ze závěrů konference, kde se uvádí: „Senioři v porovnání s ostatními věkovými skupinami ve větší míře chtějí uplatnit své schopnosti a zkušenosti ve prospěch druhých. Nedostatečná nabídka takových činností může vést až k rezignaci a následně ke zhoršení celkového stavu“ (Stárnutí po česku, 2004).

Dále kapitolu VIII. Společenské aktivity, kde se uvádí: „Starší lidé se již v současné době velice aktivně podílejí na práci nevládních organizací. Větší zapojení starších občanů do dobrovolné činnosti by se mohlo stát významným nástrojem strategie aktivního stárnutí a přineslo by prospěch dokonce ve třech směrech. Stav příjemců takto poskytnutých služeb by se zlepšil. Starší dobrovolní pracovníci by získali ve společnosti důležitou sociální roli, a nové kontakty by jim poskytly fyzickou i duševní stimulaci a pocit osobní spokojenosti a životního naplnění. Poskytování služeb na lokální úrovni může být z hlediska nákladů velice efektivní“ (Tamtéž).

V současné době se rozvíjí celá řada programů, jejichž cílem je u stárnoucích lidí udržet co nejdéle praktickou soběstačnost. Haškovcová (2004) uvádí například program „Stárnout zdravě v Evropě“ a jeho variantu „Stárnout zdravě v České republice“, které byly vydány pražským gerontologickým centrem v Praze - Kobylisích. Principy programu Stárnout zdravě v Evropě (ČR) jsou následující: prodloužit věk prožitý v úplném zdraví bez postižení, podporovat plný a aktivní společenský život, prodloužit dobu kvalitního života (životní styl a stimulační prostředí).

Z mezinárodních organizací, které zabývají problematikou stárnutí je to například Evropský svaz pro starší generaci (EURAG), který spolupracuje s OSN, zasazuje se zejména o celospolečenskou prostoupenost seniorské problematiky a cíleně ovlivňuje veřejné mínění v jednotlivých zemích.

## 5. Definice dobrovolníka a dobrovolnické činnosti

Dobrovolnická činnost v České republice se hojně rozvíjela již v 19. století. Po přerušení, nejprve německou okupací a poté vznikem socialistického státu se po dlouhé odmlce začala více rozvíjet až v 80. letech 20. století. V tomto období začala vznikat také řada neziskových organizací, některé pokračovaly v již započaté činnosti. Řada z těchto organizací se zaměřovala na sociální a zdravotní oblast, začala vznikat také dobrovolnická centra, která se zaměřovala na propagaci a šíření myšlenky dobrovolnictví. Velkým mezníkem byl rok 2001, který byl prohlášen za Mezinárodní den dobrovolníků, kdy se začalo rozvíjet mnoho aktivit vedoucích k podpoře dobrovolnické činnosti a pracovat na právní úpravě dobrovolnictví. Výsledkem bylo vypracování zákona, který byl přijat v roce 2002 pod č. 198/2002 Sb. jako zákon o dobrovolnické službě a který vyšel v platnost 1. ledna 2003. Dříve než přistoupíme k bližší specifikaci zákona, je důležité seznámit se se základními pojmy týkající se dobrovolnické činnosti.

### 5.1. Dobrovolník

Dobrovolníkem je: „člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti“ (Tošner, Sozanská, 2002, s. 35). V zákonu č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě se v § 3 uvádí, že: „dobrovolníkem může být fyzická osoba:

- a) starší 15 let, jde-li o výkon dobrovolnické služby na území České republiky,
- b) starší 18 let, jde-li o výkon dobrovolnické služby v zahraničí, která se na základě svých vlastností, znalostí a dovedností svobodně rozhodne poskytovat dobrovolnickou službu.“

### 5.2. Dobrovolnictví

Dobrovolnictvím nazýváme vědomou, svobodně zvolenou činnost, kterou občané poskytují bezplatně, ve prospěch druhých. Může být také zdrojem nových zkušeností, zážitků a příležitostí pro osobní růst dobrovolníků (Tošner, 2005). Dobrovolnickou činnost opět konkrétně vymezuje zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě jako:

- a) „pomoc nezaměstnaným, osobám sociálně slabým, zdravotně postiženým, seniorům, příslušníkům národnostních menšin, imigrantům, osobám po výkonu trestu odnětí svobody, osobám drogově závislým, osobám trpícím domácím násilím, jakož i pomoc při péči o děti, mládež a rodiny v jejich volném čase,
- b) pomoc při přírodních, ekologických nebo humanitárních katastrofách, při ochraně a zlepšování životního prostředí, při péči o zachování kulturního dědictví, při pořádání kulturních nebo sbírkových charitativních akcích pro osoby uvedené v písmenu a), nebo
- c) pomoc při uskutečňování rozvojových programů a v rámci operací, projektů a programů mezinárodních organizací a institucí, včetně mezinárodních nevládních organizací.“

Dobrovolnická činnost je přístupná každému jednotlivci. Většinou se ale každá organizace zaměřuje na určitou cílovou skupinu, má svoji specifickou činnost, a proto také různé organizace přitahují či uplatňují různé dobrovolníky. Některé činnosti jsou dokonce podmíněny generačně nebo prokázáním určitých schopností. Jiné přitahují určitou skupinu dobrovolníků svým konkrétním zaměřením.

Ze skupiny mladých lidí jsou to převážně studenti středních a vysokých škol. Druhou nejpočetnější skupinu tvoří ženy mezi 50-60 lety. Početnou skupinou dobrovolníků jsou i lidé věřící. Někteří dobrovolníci bývali sami klienty organizace, které pomáhají (Frič a kol., 2001).

### **5.3. Druhy dobrovolnické činnosti**

Podle Tošnera (2005) rozlišujeme 3 druhy dobrovolnické činnosti:

1. *Dobrovolná občanská výpomoc.*
2. *Dobrovolnictví jako projev občanské angažovanosti.*
3. *Dobrovolná služba.*

1. *Dobrovolná občanská výpomoc* je tradiční součástí každé společnosti, své kořeny má v křesťanské a židovské morálce. Lidé, kteří pomáhají touto formou, tak činí zcela samozřejmě bez nároku na odměnu. Tato forma dobrovolnické činnosti je běžná v rámci

široké rodiny a sousedských vztahů. Řada lidí se necítí být v této situaci dobrovolníkem, a proto nechce být ani dobrovolníky nazývána.

## 2. Dobrovolnictví jako projev občanské angažovanosti

Tento druh dobrovolnictví je možné ještě rozlišit na:

- a) *dobrovolnictví vzájemně prospěšné* představuje dobrovolnou činnost, kterou vykonávají členové nějakého sdružení, klubu, spolku či komunity za účelem realizace vlastních cílů.
- b) *dobrovolnictví veřejně prospěšné* je dobrovolná činnost, která vychází ze svobodného rozhodnutí angažovat se ve prospěch druhých lidí a společnosti. Tito lidé pomáhají převážně v neziskových organizacích.

3. *Dobrovolná služba* je dobrovolným závazkem dlouhodobě se věnovat dobrovolné činnosti mimo svoji zemi, například na dobu několika měsíců i let. V praxi se jednotlivé druhy mohou mísit. Například v zájmových občanských sdruženích jsou některé činnosti prospěšné jak pro vlastní členy, tak i pro veřejnost (Tošner, Sozanská, 2002).

## 5.4. Dobrovolnictví v legislativě

Jak už bylo řečeno výše v České republice je dobrovolnictví legislativně upraveno zákonem č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě, který vymezuje pojmy týkající se dobrovolnické činnosti, upravuje postavení dobrovolníka a podmínky výkonu dobrovolnické činnosti v tzv. akreditovaných organizacích, tj. organizacích, které na základě žádosti obdržely od Ministerstva vnitra České republiky akreditaci pro práci s dobrovolníky. Tyto organizace mají na základě tohoto zákona možnost obdržet státní dotaci na krytí některých nákladů spojených s vedením dobrovolníků. Ostatní (neakreditované) organizace nemají povinnost se tímto zákonem řídit a mohou dobrovolnickou činnost realizovat podle svých představ. Akreditace dokládá schopnost a způsobilost organizace organizovat přípravu a provádění dobrovolnické služby, na druhou stranu vyžaduje plnit další povinnosti vyplývající ze zákona č. 198/2002 Sb. Akreditaci uděluje Ministerstvo vnitra České republiky na dobu 3 let. Akreditace klade na organizace nemalé nároky, proto ji v současné době vlastní jen menší počet organizací. Přesto uveďme výhody, které zákon a akreditace nabízí.

Organizace, které obdržely akreditaci, mají možnost žádat o dotaci ze státního rozpočtu. Tato dotace může být poskytnuta na hrazení pojistného, které kryje odpovědnost za škodu na majetku nebo zdraví, kterou způsobí dobrovolník sám nebo mu bude způsobena, na zaplacení pojistného na důchodové pojištění, pokud se bude jednat o výkon dlouhodobé dobrovolnické služby tj. po dobu delší než 3 měsíce a alespoň v rozsahu překračujícím v průměru 20 hodin v kalendářním týdnu a zároveň dobrovolník není pojištěn jinde jako student, žena na mateřské dovolené nebo nezaměstnaný na úřadu práce apod. Dále může být dotace poskytnuta na pokrytí části výdajů spojených s evidencí dobrovolníků, s jejich přípravou pro výkon dobrovolnické služby a se zajišťováním výkonu dobrovolnické služby.

Akreditované organizace pracující s dobrovolníky na základě zákona o dobrovolnické službě mají povinnost uzavírat s dobrovolníky písemné smlouvy. Smlouva s dobrovolníkem by měla obsahovat zejména popis činnosti, kterou bude dobrovolník vykonávat spolu s vymezením doby, po kterou bude činnosti vykonávat a místa, a to alespoň rámcově. Ve smlouvě by mělo být napsáno, že dobrovolník nemá nárok na odměnu s výjimkou úhrady vynaložených výdajů spojených s jeho činností. Smlouva může obsahovat ustanovení o mlčenlivosti, která se týká údajů o klientech a organizaci a dále specifická ustanovení podle charakteru vykonávané činnosti a podmínek organizace. Smlouva může obsahovat soupis práv a povinností dobrovolníka, tzv. Kodex dobrovolníka, který spolu s Mlčenlivostí dobrovolníka může být součástí smlouvy nebo jako samostatný doplněk. Doporučuje se doplnit ustanovení o době trvání smlouvy – zda jde o smlouvu uzavíranou na dobu určitou, či na dobu plnění vymezeného úkolu, včetně upravení možnosti přerušování spolupráce (Tošner, 2005).

### **5.5. Formy zapojení dobrovolníků**

Podle Friče a kol. ( 2001, s. 103) je dobrovolnická činnost důležitou součástí všech organizací a může nabývat následujících podob:

1. *„na dobrovolnicích je přímo závislý vlastní chod organizace“* - společně se zaměstnanci se dobrovolníci podílejí na hlavní činnosti organizace. Bez jejich činnosti by organizace nemohla své cíle plnit (jedná se například o humanitární akce, pomoc při organizaci sbírkových akcí).
2. *„dobrovolníci vykonávají činnosti, které jsou součástí programu organizace“* - dobrovolníci v tomto případě zastávají běžnou práci zaměstnaných pracovníků, ale

jejich činnost netvoří základ provozu organizace. Nejčastěji se tento typ objevuje u zařízení sociální a zdravotní péče. Kdyby tuto činnost nevykonávali dobrovolníci, musela by být zajištěna profesionálně. Svoji činností tak přispívají dobrovolníci ke snížení finančních nákladů organizace.

3. „dobrovolnická činnost pomáhá lépe naplňovat cíle organizace“ - není pro vlastní chod organizace nepostradatelná, ale pomáhá zkvalitňovat poskytované služby, v některých případech usnadňuje provoz organizace.

## 5.6. Možnosti dobrovolnické činnosti

Jak je patrné z výzkumu „Dárčovství a dobrovolnictví“ který uvádí (Frič a kol., 2001, s. 63) nejvíce dobrovolníků (58%) působí v občanských sdruženích, dále 24% dobrovolníků pracuje pro církve, 22% dobrovolníků pro obecně prospěšné společnosti, 16% dobrovolníků pracuje v církevních zařízeních, následují nadace, kde působí 13% dobrovolníků, na obecních (městských) úřadech je to 12% dobrovolníků a 9% dobrovolníků působí ve státních organizacích.

Z oblastí, ve kterých dobrovolníci působí má největší zastoupení: 1. sociální oblast (37,6%), 2. oblast sportu a rekreace (16,9%), 3. oblast zdraví (15,4%) 4. oblast vzdělávání a výzkumu (13,5%), 5. kultura a umění (12,8%), 6. organizování dobročinnosti (12,6%), 7. ekologie (12,4%), 8. náboženství (8,8%), 9. rozvoj obce, komunity (6,7%), 10. mezinárodní aktivity (5,5%), 11. ochrana práv a zájmů (5%), 12. profesní organizace a odbory (4%), 13. politika (1,1%).

Z činností, které dobrovolníci vykonávají je nejvíce zastoupeno poskytování služeb (19%), organizování akcí (14%), vedení kroužků, oddílů (13%), manuální práce (12%), návštěva lidí (8%), komise, správní rada (5%), administrativní práce (4%), 3% se týkají infoservisu, výuky, školení, poradenství, terapie a 2% fundraisingu.

Dobrovolnická činnost může být tedy velmi pestrá. Záleží na potřebách a možnostech organizací, ale také na samotné nabídce dobrovolníků.

Typy dobrovolnické činnosti ve zdravotnických zařízeních uvádí například Zemanová (2005). Formy pomoci v sociálně zdravotních organizacích můžeme vystihnout v několika následujících bodech:

- *Přímá práce s klienty.* Typy činnosti se liší podle typu poskytovaných služeb a cílové skupiny, které jsou služby určeny. Dobrovolníci mohou pomáhat formou dlouhodobé pravidelné spolupráce, a to formou individuální (v roli společníka

- osobní rozhovory s klienty, doprovod na procházky, předčítání, společenské hry atd.) nebo formou skupinové práce - zajišťují pro klienty volnočasové aktivity (výtvarné, jazykové, hudební, sportovní a jiné).

- *Pomoc při jednorázových akcích* – např. výpomoc na různých kulturních, sportovních akcích a příležitostných akcích, které jsou pořádány organizací.
- *Dobrovolnická činnost bez přímého kontaktu s klienty* - zajišťují technické zázemí tj. pomáhají s administrativou, zajišťují překlady, pomáhají při získávání finančních prostředků (fundraising) a PR organizace (letáky, webové stránky), zajišťují drobné opravy.
- *Dobrovolníci mohou pomáhat i jako členové týmu* – dobrovolník pracuje podle instrukcí a pod odborným vedením profesionálů. Dobrovolník je zde pouze v roli pomocníka.
- *Dobrovolníci mohou využívat své odborné znalosti a dovednosti a zdarma je poskytovat* ve prospěch organizace.

Vytváření nabídky činností je kontinuálním procesem (Tošner, Sozanská, 2002). Určitá omezení ale existují. Důležitou zásadou je, že by dobrovolník neměl nahrazovat práci profesionálů a neměl by dělat činnosti, do kterých se nikomu nechce.

## 5.7. Postup práce s dobrovolníky

Dobrovolnictví může probíhat na neformální rovině, může být založeno na osobních vztazích, může být ale i profesionálně organizováno. Některé organizace se přímo organizací dobrovolnické činnosti zabývají. Nazývají se dobrovolnická centra a v České republice jsou to především neziskové organizace. Dobrovolnická centra realizují jednotlivé dobrovolnické programy, zprostředkovávají servis pro ostatní neziskové organizace (vyhledávají dobrovolníky, vedou databáze dobrovolníků a organizací), spolupracují s dalšími organizacemi v regionu. Jejich základním posláním je propagace a podpora myšlenky dobrovolnictví ve společnosti.

Velká část organizací má zájem spolupracovat s dobrovolníky, ale ne každá organizace má zájem o dobrovolnický program, který by vyžadoval evidenci dobrovolníků, jejich výcvik a supervizi. Pokud se však organizace rozhodne s dobrovolníky spolupracovat systematicky, neobejde se bez určitých kroků. Jak uvádí Kořínková (2005): „Dobré přijetí a zakotvení dobrovolnického programu souvisí s dobrým porozuměním jeho smyslu. Tuto „mentální transformaci“ nelze obejít ani urychlit.“ Je tedy důležité, aby si



každá organizace vytvořila konkrétní představu o tom, jaké činnosti dobrovolníkům může nabídnout, jaké budou časové požadavky, zda bude o dobrovolníky zájem ze strany klientů a personálu, jaké dobrovolníky chce oslovit, jak a kdo bude dobrovolnickou činnost organizovat, jak bude dobrovolníky oslovovat, hodnotit, motivovat a odměňovat.

Ne každý dobrovolník může vykonávat jakoukoli činnost. Pro určité typy činností je důležité dobrovolníky dobře připravit, proto různé organizace zajišťují dobrovolníkům proškolení, které se liší dle charakteru dobrovolnické činnosti. Velmi důležité je i hledisko času. Některé aktivity vyžadují, aby dobrovolná činnost probíhala dlouhodobě, tzn. aby byla poskytována opakovaně a pravidelně například 3 hodiny 1 krát týdně. Jedná se především o přímou práci s klienty. Takový typ činnosti bude vyžadovat důkladnější proškolení než-li jednorázová dobrovolnická činnost, kdy dobrovolníci pomáhají při různých akcích, které se konají jednou či několikrát do roka.

V jednotlivých organizacích probíhá spolupráce s dobrovolníky různým způsobem. Někde stačí uzavření ústní dohody s dobrovolníkem, jinde je s dobrovolníkem uzavřena smlouva a někde dokonce pojištění. V některých organizacích je pracovník, který má práci s dobrovolníky na starosti, tzv. koordinátor dobrovolníků. Koordinátor provádí nábor dobrovolníků, jejich výběr, zajišťuje proškolení, vede potřebnou dokumentaci, organizuje supervizní setkání pro dobrovolníky, podílí se na přípravě informačních materiálů. Někdy působí i jako kontaktní osoba mezi pracovníky organizace, dobrovolníky a klienty. Ve většině organizací však práce dobrovolníků koordinována není. „Každá organizace může přistupovat k dobrovolnictví na jiné úrovni, s jinou motivací i cílem“ (Tošner, Sozanská, 2002, s.71-72).

Organizace by měla přemýšlet, co dobrovolníkům za jejich činnost může nabídnout. Pro dobrovolníky je velmi důležité, aby věděli, že jsou pro organizaci důležití, aby věděli, jaká je jejich role. Způsoby odměňování jsou různé a záleží na možnostech každé organizace. Je důležité si uvědomit, že některým dobrovolníkům mohou vzniknout při jejich činnosti osobní náklady. Většina organizací souhlasí s tím, aby náklady dobrovolníkům byly propláceny. Jedná se například o cestovné, použitý materiál, stravné. Organizace mohou dobrovolníky motivovat různými výhodami. Může se jednat o zajištění dalšího vzdělávání, využití různých služeb (internet, volné vstupenky, kulturní akce atd.) společná neformální setkávání, věnování drobných dáreků, uvedení ve výroční zprávě, rozesílání blahopřání, veřejné ocenění, potvrzení o vykonávané činnosti, poděkování při příležitosti Mezinárodního dne dobrovolníků (5. prosinec).

## 5.8. Motivy a funkce dobrovolnictví

Nemálo důležité je pro organizaci vědět, co vede dobrovolníky k tomu, že se rozhodli dobrovolně pomáhat. Motivy dobrovolníků bývají různé. Touto otázkou se zabýval výzkum „Dárcovství a dobrovolnictví v České republice“ uskutečněný organizací Agnes a Nadací rozvoje občanské společnosti, který analýzou odpovědí dobrovolníků dospěl k definování 3 druhů motivací k dobrovolnictví:

1. *Konvenční motivace* – takto motivovaní dobrovolníci jsou ovlivněni morálními normami nejbližšího okolí nebo obecnými neformálními pravidly chování dané společnosti. Dobrovolně pomáhají, protože se to sluší a patří. Konvenční motivace byla příznačná pro 41% dobrovolníků. Tento typ motivace se častěji vyskytoval u starších lidí nad 60 let a věřících.
2. *Reciproční motivace* – takto motivovaní dobrovolníci hledají prospěch nejen pro druhé, ale také pro sebe, mají zájem o nové zkušenosti, nové vztahy, o uplatnění svých schopností a o udržení své kondice. Tato motivace ovlivnila rozhodnutí 37% dobrovolníků. Častěji se vyskytovala u mladších lidí do 30 let s ateistickým postojem.
3. *Nerozvinutá motivace* – vycházela z určitých prvků – např. důvěry v organizaci, pro kterou by měli pracovat, přesvědčení o smysluplnosti dobrovolné činnosti a pocitu, že se prostřednictvím dobrovolné činnosti mohou podílet na šíření dobré myšlenky. Tento typ motivace se objevil u 23% dobrovolníků. Mezi nimi převažovali lidé střední a starší generace ( od 46 do 60 let) a vysokoškoláci (Frič a kol. 2001, s. 67-87).

Další důvody proč dobrovolníci vykonávají dobrovolnickou činnost uvádí Čechová (2003, s. 9):

- získají nové přátele a kontakty,
- získají nové informace, znalosti, dovednosti a zkušenosti,
- mají přístup k různým vzdělávacím programům zprostředkovaným organizací,
- mají možnost sebereflexe a sebezdokonalování, získají na sebe zpětnou vazbu,
- mohou se seberealizovat,
- tráví aktivně svůj čas, jsou prospěšní,
- mají dobrý pocit z dobře vykonané práce, vědomí vlastní potřebnosti, smysluplnosti,

- prostřednictvím kontaktu s novými lidmi se seznamují s jinými styly a způsoby života,
- získají zázemí pro realizaci vlastních nápadů a vizí,
- mohou zvyšovat vlastní kvalifikaci a hodnotu na pracovním trhu,
- roste jejich osobní prestiž.

Funkcemi dobrovolnictví se ve své diplomové práci zabýval Valoušek (2004), kde popisuje celkem 6 funkcí dobrovolnictví:

1. *Sociálně integrační funkce* – podstatou je vznik nových vztahů mezi dobrovolníky navzájem, ale i mezi dobrovolníkem a klienty.
2. *Psychologická funkce* – má 2 aspekty:
  - a. vnější - přínos pro klienta, který si nepřipadá zbytečný,
  - b. vnitřní – přínos pro dobrovolníka, který získává pocit vlastní užitečnosti,
3. *Edukační funkce* – možnost získávání nových informací, zkušeností a dovedností, výměna zkušeností mezi dobrovolníky, mezi klientem a dobrovolníkem.
4. *Iniciativní funkce* – možnost ovlivnit veřejné dění.
5. *Inovační funkce* – možnost přispívat ke změnám.
6. *Ekonomická funkce* – nevyžaduje finanční prostředky ke krytí všech nákladů, je investován především osobní kapitál, kterým je v případě dobrovolníka na prvním místě volný čas.

## 6. Dobrovolnictví seniorů

Dobrovolníci seniorů se v mnoha organizacích stávají početnou skupinou. Souvisí to i s faktem, že dnešní seniori jsou více aktivní, že se zabývají nejen péčí o rodinu a vnoučata, ale zapojují se stále více do různých aktivit, chtějí se podílet na rozvoji společnosti. Ze šetření (Matýskové, 2004) vyplývá, že aktivní způsob trávení času vyhledávají především seniori, kteří měli i dříve rozvinuté zájmy. V seniorském věku pokračují v těchto aktivitách úměrně svým fyzickým a psychickým možnostem.

Současné pojetí sociální práce zdůrazňuje posilování autonomie a integraci seniorů do společnosti (Pichaud, Thaurová, 1998). Důraz je kladen i na to, aby starý člověk zůstal plnohodnotným členem společnosti a aby byla zachována kontinuita jeho života a začlenění do sociálních skupin a sociálních sítí. Starý člověk by měl „mít možnost zachovat si nebo získat takové role, jež dávají jeho životu smysl,“ zároveň „potřebuje nové informace a dovednosti, které jsou pro něho užitečné a funkční“ a „podporují jeho schopnost přizpůsobit se moderní společnosti“ (Janečková, 2005, s. 175). Takovou funkci mohou dobře plnit komunitní programy, které budou nabízet možnosti dobrovolnických i placených činností v oblasti služeb, kultury, vzdělávání a sportu, ve kterých budou moci staří lidé najít své uplatnění.

Vrátíme-li se zpět k funkcím druhého životního programu, které uvádí Ptáčková (2002) a funkcím dobrovolnictví, které uvádí Valoušek (2004), zjistíme, že tyto funkce se v mnoha případech shodují. Jak uvádí i Haškovcová (2004), dobrovolnictví může velmi dobře plnit formu druhého životního programu. Dobrovolnická činnost naplňuje potřebu být užitečný, předávání zkušeností, navazování nových kontaktů, možnost podílet se na životě společnosti.

### 6.1. Specifika dobrovolnictví seniorů

Dobrovolníci seniorů se vyznačují určitými specifiky – to co je nejcennější a co dávají seniori k dispozici jsou jejich vlastní zkušenosti a dovednosti, které získali v průběhu svého života (příkladem mohou být například bývalí učitelé, zdravotní sestry, sociální pracovníci nebo bývalé účetní), kteří mohou být pro organizaci velikým přínosem. Seniori disponují velkým časovým potenciálem. Neznamená to ale, že by neměli jiné aktivity. Řada z nich je angažovaná v roli dobrovolníků v dalších organizacích

a sdruženích nebo je navíc zaměstnaná. K charakteristickým znakům vyššího věku patří „vyšší pocit odpovědnosti za rozhodnutí“ (Sýkorová, 2004, s. 111). Senioři tedy zřejmě více zvažují důsledky vlastních rozhodnutí pro druhé, jsou tedy spolehliví a odpovědní a většinou vydrží v jedné organizaci pracovat v roli dobrovolníka delší dobu. Mnohdy zastávají díky tomu zodpovědné funkce. Podíváme-li se navíc na demografické prognózy, nemůžeme přehlédnout narůstající počet lidí ve vyšších věkových kategoriích. Navíc stále více lidí odchází do předčasné penze, ale zároveň chtějí zůstat aktivní. Senioři nabízejí společnosti veliký potenciál, který není zdaleka využit. Co však může dobrovolnictví nabídnout seniorům?

Člověk, který přestává pracovat má stále potřebu komunikovat, účastnit se života ve společnosti, potřebu být užitečný a dělat něco smysluplného. Někteří staří lidé se cítí neužiteční a osamělí. Během svého života plnili mnoho rolí, ale poté, co přestanou pracovat, je jejich role najednou méně zřetelná. Někteří postrádají konkrétní náplň a smysl života jiní se soustředí pouze na své vlastní zájmy. Hanzlíková (2006, s. 34) uvádí: „že prožitek nesmyslnosti se dá překonat pomocí altruismu. Tím, že věnuji svůj čas, energii, myšlenky druhým, mohu získat smysl pro ty svoje.“

Pacovský (1997) uvádí, že dobrovolnictví může fungovat jako náhrada placené činnosti seniorů, kdy neplacený nebo jen symbolicky odměňovaný penzionovaný člověk přebírá za svou činnost plnou zodpovědnost v různých charitativních, kulturních, organizačních činnostech. Na druhé straně považuje za důležité, aby byli senioři zajištěni vyhovujícími důchodovými příjmy. Z psychologického hlediska hodnotí tuto aktivitu jako velmi podnětnou, protože naplňuje touhu seniorů po společenském uplatnění a zároveň snahu pomoci jiným.

Dobrovolnictví může být užitečnou formou pro mladší seniory, kteří se hůře vyrovnávají s odchodem ze zaměstnání, tak pro starší seniory, kteří žijí osaměle, starší osamělé nebo ovdovělé ženy a seniory v dlouhodobé ústavní péči. Z hlediska sociální práce považujeme tyto skupiny seniorů za rizikové a jejich aktivním vyhledáváním a zapojením do bezprostřední sociální komunity můžeme předejít řadě nepříjemností a komplikací (Haškovcová, 2004).

## **6.2. Postup práce s dobrovolníky seniory**

### **6.2.1. Příprava vhodných podmínek**

Pokud se organizace rozhodne s dobrovolníky seniory spolupracovat, měla by vědět, jakým způsobem. Většinou postup práce s dobrovolníky seniory probíhá obdobně jak již bylo uvedeno výše, ale přeci jen práce s dobrovolníky seniory má určitá specifika. Dingle (1993) poukazuje v prvé řadě na důležitost přípravy organizace, získání souhlasu uživatelů sužeb, ostatních dobrovolníků, personálu a vedení organizace. Vedle toho doporučuje vytvořit podpůrnou skupinu pro počáteční nábor dobrovolníků z řad fungujících dobrovolníků, osob, které mají v místní komunitě dobré postavení a dalších osob, které by mohly být užitečné díky svým odborným zkušenostem (například odborníci, kteří mají zkušenosti s prací s veřejností a staršími lidmi). Pokud o dobrovolníky projeví zájem ostatní místní organizace je možné podílet se na společných nábořech nebo si navzájem dobrovolníky přeposílat, pokud se pro ně v jedné z organizací nenalezne uplatnění. Potřebné informace a radu týkající se náboru dobrovolníků seniorů mohou poskytnout různé organizace zabývající se problematikou stárnutí a prací se seniory. Jako klíčový se ukazuje být počáteční průzkum, který se může uskutečnit s pomocí již zapojených dobrovolníků, sociálních pracovníků a dalších subjektů. Tento výzkum by měl zmapovat přibližný počet potencionálních zájemců z řad seniorů o dobrovolnickou činnost v místní komunitě, měl by zjistit jaké informace o dobrovolnictví mají tito lidé k dispozici, jaké mohou být překážky, které by jim bránily zapojit se do dobrovolnické činnosti, které další organizace zapojují dobrovolníky, kde se nejčastěji starší lidé setkávají. Užitečné by bylo nahlédnout do již provedených výzkumů, které se zabývají postoji starších lidí k dobrovolnictví, pokud už byly provedeny. Ale v zásadě platí, že tak jako existují rozdíly mezi staršími lidmi, existují rozdíly i mezi komunitami.

### **6.2.2. Nábor dobrovolníků**

Po provedení analýzy zdrojů a potřeb komunity následuje příprava inzerátu nebo sdělení, které by mělo obsahovat základní informace o organizaci, jakou činnost by dobrovolníci mohli vykonávat, jaký by to pro ně mělo přínos, jaké by byly nároky dobrovolnické činnosti a kontaktní údaje na organizaci. Způsoby náboru mohou být různé, nejefektivnější se ukazuje být předání informací prostřednictvím osobního setkání, zde je

možné požádat stávající dobrovolníky a ostatní lidi z komunity – například lékaře, duchovní vůdce. Dalším způsobem může být uspořádat den otevřených dveří, najít vhodné místo v komunitě, kde by mohl být vytvořen prostor pro pravidelnou inzerci dobrovolnické činnosti, přednášky v klubech a domovech pro seniory, v denních centrech, v církevním sboru, uspořádání výstavy s fotografiemi seniorů dobrovolníků, promítnutí video dokumentu z akcí nebo využití místních médií (rádia, televize a tisku). Velmi se osvědčuje oslovit dobrovolníky prostřednictvím příběhu, který vypráví již zapojení dobrovolníci. Následuje příprava tiskovin jako letáky, plakáty, články, výroční zpráva, reklamní předměty. Zde je důležité dbát na jejich čitelnost a srozumitelnost, a také na vhodné umístění. Nejlepší jsou místa, kde se sdružují starší lidé, například poštovní úřad, obchody, městská knihovna, zdravotní střediska, kostely, kluby pro seniory, různé zájmové organizace, vzdělávací střediska pro dospělé, komunitní centra, banky, úřady, místa, kde se konají zajímavé akce, tramvajové a autobusové zastávky a další organizace.

### **6.2.3. Přímá práce s dobrovolníky**

První kontakt s dobrovolníky začíná úvodním pohovorem. Koordinátor dobrovolníků by měl zvážit v případě starších lidí, zda je formalizovaný pohovor na místě, zda dobrovolníky seniory spíše neodradí. Cílem rozhovoru je poskytnout dobrovolníkům základní informace o službách a nabídce organizace, zjistit očekávání a motivaci dobrovolníků. V případě nabízené činnosti je dobré mít vypracované popisy jednotlivých možných činností. Rozhovor by měl probíhat v příjemné atmosféře, tak aby účastníci nebyli rušeni. První kontakt s dobrovolníky seniory je naprosto zásadní, proto by měl být rozhovor veden citlivě. Dobrovolník by se měl dozvědět jakým způsobem se může zapojit a jaké výhody mu může organizace poskytnout. Na konci rozhovoru je dobré předat informační letáky, na kterých jsou uvedeny důležité informace a kontakt na organizaci. Následuje sepsání dohody s dobrovolníkem. Důležitá je také samotná příprava pro dobrovolnickou činnost. Také příprava seniorů by měla brát v úvahu určitá specifika. Zásady a přístupy vzdělávání starších lidí uvádí například Matýsková (2004, s. 255). Mezi tyto zásady a přístupy patří:

- názornost,
- jasný a srozumitelný výklad,
- pomalejší tempo prezentování poznatků nebo výuky dovedností,
- vytvoření možnosti diskuse a její citlivé vedení,

- trpělivost, respekt, ochota naslouchat, úcta,
- respektování možností seniorů zejména v oblasti aktuální pozornosti a časového faktoru (častější přestávky, přestávky podle potřeby a domluvy),
- v některých případech je vhodné, aby poznatky seniorům byly předávány jejich vrstevníky.

Klíčovou osobou v práci s dobrovolníky by měl být koordinátor dobrovolníků, který by dobrovolníkům seniorům měl zajistit příznivé podmínky pro jejich práci. Pokud se senioři zapojí do dobrovolnické činnosti, je důležité jim zajistit dostatečnou podporu. Tu může poskytnout koordinátor dobrovolníků, například formou pravidelných setkání, stejně dobře může fungovat i příležitost sdílet své zážitky s ostatními dobrovolníky (zde záleží na individuálních potřebách každého dobrovolníka). Velmi důležitá je pro dobrovolníky zpětná vazba o činnosti, kterou dělají a zajištění dalšího vzdělávání například formou odborných seminářů.

### **6.3. Možné formy zapojení dobrovolníků seniorů**

V zahraničí nalezneme velké množství projektů, které se zaměřují na dobrovolnickou práci seniorů. Velká většina z nich vznikla jako reakce na demografické změny v jednotlivých zemích a změnu penzijních systémů díky kterým mnoho lidí odcházelo do předčasného důchodu a zůstávalo bez práce. Cílem projektů bylo vytvořit pro penzionované lidi smysluplný program, jehož prostřednictvím by se mohli dále realizovat a dále využít zkušeností, které mají k dispozici. Tato podkapitola uvádí příklady různých zahraničních projektů, které zapojují seniory dobrovolníky a využívají jejich potencialu. Projekty mohou být v mnohém inspirativní. Dříve než se budeme zabývat konkrétními příklady, nahlédněme nejdříve do výzkumů, které byly v jednotlivých zemích provedeny a které nám blíže přiblíží oblasti, do kterých se dobrovolníci zapojují.

#### **6.3.1. Možné formy zapojení dobrovolníků v Německu**

Federální ministerstvo pro rodinu, seniory, ženy a mládež v Německu realizovalo v roce 1999 za podpory nadace Roberta Bosche výzkum, který se zaměřoval na zjišťování stavu dobrovolnictví v Německu. Podle tohoto výzkumu bylo zjišťováno zda a jakou formou se občané Německa starší 14 let zapojují do následujících 15-ti oblastí: oblast sportu a rekreace; volného času a sociálních aktivit; kultury a hudby; školství a mateřských



škol; sociální péče; církev a církevní organizace; advokacie; životní prostředí; ochrana přírody; politika; práce s mládeží; pomoc při neštěstích a požárech, záchranná pomoc; zdravotnictví; právo a kriminalita, a další místní občanské aktivity. Na základě výzkumu bylo zjištěno, že z těchto oblastí se dobrovolnické činnosti věnuje 37% občanů ve věku 14-24 let, 38% občanů ve věku 50-59 let a 26 % občanů nad 60 let. Nejvíce jsou starší dobrovolníci zastoupeni v různých klubech nebo společnostech (48%). Nejvíce aktivních starších lidí působí v následujících pěti oblastech: v oblasti sportu a rekreace, při církvi, v oblasti sociální péče, volného času, kultury a hudby. V ostatních oblastech jsou zastoupeni méně, jejich zapojení v dalších oblastech se liší podle věku a pohlaví, postavení v zaměstnání, výše příjmu, regionu a typu organizace ve které dobrovolně pomáhají. Ve věku nad 60 let byli více zastoupeni starší muži (30%). Ženy byly zastoupeny ve 21% a jednalo se především o dobrovolnickou činnost v oblasti sociální péče, při církvi a církevních zařízeních, školách a mateřských školách a v oblasti práva a kriminality (Volunteering in Germany, 2000).

#### Projekt EFI (Erfahrungswissen für Initiativen) - Senior Trainerin

Tento projekt byl iniciován organizací ISAB (Institut für sozialwissenschaftliche Analysen und Beratung). Vycházel ze skutečnosti, že v Německu přibývá starších lidí ve věku nad 60 let. Tito lidé představují pro společnost ohromný potenciál, který zůstává nevyužit. Jejich kapitál spočívá především ve znalostech, vědomostech a zkušenostech. Vznikla tedy myšlenka vytvořit projekt, který by podporoval využití potenciálu seniorů. Podle konceptu projektu byla vytvořena agentura, která provádí nábor seniorů, provází je, podporuje vytvoření „Kompetentního týmu seniorů“ a zajišťuje propagaci projektu. Další složkou modelu je vzdělávací centrum, které seniorům zajišťuje další vzdělávání s ohledem na jejich profesní životopis. Takto vyškolení senioři zastávají roli poradců, iniciátorů nových projektů, koordinátorů týmu a kontaktních osob, které spolupracují s organizacemi v různých oblastech a vytvářejí „Kompetentní tým seniorů“, který úzce spolupracuje s agenturou a podílí se na řízení a rozšíření projektu. Tento tým má několik specializovaných podskupin. Takto vytvořený model je přenesen do různých dobrovolnických organizací (iniciativ, spolků, sdružení, projektů), do různých institucí (školy, domovy pro seniory, nemocnice, obecní střediska). Senioři působí v následujících oblastech – sociální, vzdělávání, volný čas, společenský život, tradice, politika, hájení veřejného zájmu, školy, mateřské školy, mládež, zdravotnictví, kultura, hudba, sport, právo a kriminalita, církev, náboženství, oblast ochrany zvířat a přírody atd. Od roku 2002 byl

tento projekt zaveden do praxe ve 35-ti městech a více než v 10-ti spolkových zemích a bylo proškoleny více než 700 „seniorů trenérů“ (Erfahrungswissen für Initiativen, 2005).

Velmi významné jsou také projekty, které jsou založeny na myšlence vzájemného učení se mezi generacemi. Cílem projektů je zmenšit rozdíly mezi mladými a staršími lidmi. Projekty jsou založeny na myšlence, že staří lidé mají vědomosti, ale ne vždy je dokáží předat. Jedním z projektů je například „Lebendiger Unterricht“ - „Výuka naživo“, který je založen na vzájemném předávání zkušeností mezi mladými a staršími lidmi. Starší lidé v rámci hodin historie, náboženství, etiky a občanské výchovy ožívají školní syllabus praktickými příklady ze svého života. Další projekt je založen na výměně rolí mezi mladými a staršími, kde mladí lidé mohou předat starším své zkušenosti například formou výuky jazyků nebo práce s počítačem. Tyto programy mohou přispět k bourání zažitých mýtů a stereotypů (Thiele, 2001).

### **6.3.2. Možné formy zapojení dobrovolníků ve Francii**

Podle výzkumu INSEE, (L'Institut national de la statistique et des études économique), který se uskutečnil ve Francii v roce 2002, pracuje 28,1% dobrovolníků v oblasti sportu, 16% v oblasti volného času, 13,5% v oblasti kultury, 13,1% v sociální oblasti, 10,8% v průzkumu veřejného mínění, 6,4%, v oblasti vzdělávání, školení a integrace, 5,4% při realizaci charitativních akcích, 4,2% ve zdravotnictví, 1,8% v ekonomické oblasti a v dalších oblastech 0,7% (Van Hal, Meijs, Steenbergen, 2004)

Jednou z organizací, která se zabývá dobrovolnictvím seniorů je:

CRICA (Caisse de Retraite par Repartition des Ingénieur, Cadres et Assimilés) je penzijním fondem, který založil v roce 1990 „CRICA Volontariat“, dobrovolnickou organizaci, která podporuje myšlenku, že senioři mohou mít stále aktivní roli v různých oblastech společenského života a předávat své zkušenosti těm, kteří to potřebují. Dobrovolnický program tak má dvojí přínos. Pomáhá aktivovat penzionované a nezaměstnané starší lidi tím, že jim dává příležitost aby mohli být užiteční a zároveň zajišťuje pomoc potřebným - například lidem ohroženým sociálním vyloučením, starším osamělým lidem a klientům domovů pro seniory, kterým dobrovolníci zajišťují společnost a organizují pro ně různé aktivity. Dále dobrovolníci zajišťují provoz telefonní linky, kam mohou senioři zavolat a svěřit se svými problémy, a také pomáhají vyřizovat různé administrativní záležitosti. Svě zkušenosti předávají i začínajícím podnikatelům –

například vytvářejí podnikatelské plány a studie proveditelnosti a poskytují další odborné rady. Tato organizace má vyvinutý speciální systém pro přijímání dobrovolníků, který je mezinárodně uznáván ( Govaart et al., 2001).

#### AGIR abcd

sduzuje penzionované a předčasně penzionované dobrovolníky, kteří nabízejí své znalosti a zkušenosti při vzdělávání a při činnostech zaměřených na pomoc potřebným lidem jak ve Francii, tak v zemích třetího světa či ve střední a východní Evropě. Profesionální zkušenosti penzionovaných seniorů zahrnují různá odvětví. Sdružení je přístupné všem profesním skupinám, vedoucím pracovníkům, technikům, dílenským mistrům, kvalifikovaným dělníkům, řemeslníkům a jiným skupinám ve všech odvětvích lidské činnosti.

Organizace AGIR působí ve Francii v následujících odvětvích:

- boj proti ngramotnosti,
- doplňková vzdělávací činnost,
- patronát nad problémovou mládeží a pomoc nezaměstnaným při hledání pracovních míst,
- pomoc při zakládání malých podniků,
- péče o staré lidi.

Ve světě působí v následujících oblastech:

- podpora při výuce francouzského jazyka a frankofonie,
- zemědělství, rozvoj venkova,
- hygiena a zdraví; humanitární a sociální pomoc,
- odborné vzdělávání a pomoc při tvorbě pracovních míst,
- pomoc a poradenství v podnicích.

AGIR abcd má hlavní sídlo v Paříži a působí v různých departmentech a regionech. Spolupracuje se sdruženími, podniky, kolektivy, administrativou, vládami i mezinárodními institucemi (Informační materiály AGIR abcd, 2005).

Jednou z regionálních poboček je AGIR abcd v regionu Picardie ve městě Amiens, která realizuje například tyto projekty:

### „Lire et faire lire“ – „Číst a učit číst“

Je národním francouzským programem. Dobrovolníci senioři docházejí do škol, kde společně s dětmi čtou, a tím podporují vztah dětí ke knížkám a zlepšují jejich čtenářské dovednosti. Vedle toho program podporuje mezigenerační setkávání.

### AJEP (Association des Jeunes Entreprise de Picardie) – Podpora vytváření malých podniků

Dobrovolníci senioři seznamují studenty s principy fungování podniků. Studenti poté pracují na vytvoření vlastního malého podniku.

### APMER (Action Pour le Mieux Etre des Retraités) – Program „Pro lepší penzi“

Jedná se o poskytování odborných právních konzultací, které dobrovolně zajišťují penzionovaní advokáti a notáři a pomáhají penzionovaným lidem lépe se orientovat v jejich právech a povinnostech.

Další projekty jsou zaměřeny na podporu studentů různých škol. Jedná se například o pomoc při sestavení životopisu, nácvik vstupního pohovoru do zaměstnání atd. Další z dobrovolnických programů probíhá formou návštěv v domovech pro seniory. Dobrovolníci například předčítají knihy a tiskoviny a povídají si s klienty domova (Informační materiály AGIR abcd, 2005).

### **6.3.3. Možné formy zapojení dobrovolníků ve Velké Británii**

Nejvíce zastoupenými oblastmi jsou sport, komunitní aktivity, vzdělávání a církevní oblast. Následuje oblast sociální a zdravotní, volný čas, práce s dětmi a mládeží, občanský sektor, oblast první pomoci a práce se seniory (Van Hal, Meijs, Steenberg, 2004).

### Retired and Senior Volunteer Programme (RSVP)

Tento projekt je zajímavý tím, že dobrovolníci senioři působí ve skupinách 5-6 lidí. Senioři působí v nemocnicích, školách, domovech pro seniory, dochází do domácností klientů, působí v knihovnách, muzeích a zapojují se rovněž do projektů zaměřených na životní prostředí. Každá skupina si vytváří plán vlastních aktivit. Projekt je založen na principu svépomoci. Skupina má k dispozici průvodce, který poskytuje informace jak založit funkční tým a jakým způsobem pracovat. RSV má vytvořenou strukturu spolupráce od

místních koordinátorů, přes koordinátory oblastní a regionální. Oficiální sídlo je v Londýně, kde jsou pouze 2 zaměstnanci, kteří řídí projekt a poskytují rady. RSVP spolupracuje s místními společnostmi, orgány a odborovými organizacemi tak, aby rozšířil informace o programu mezi lidmi, kteří brzy odejdou do penze (Dingle, 1993).

#### **6.4. Současný stav dobrovolnictví seniorů v ČR**

V České republice nenalezneme ve srovnání s některými zahraničními projekty organizovanou seniorskou dobrovolnickou činnost. Dobrovolníci senioři působí v řadě svépomocných organizacích, v různých církevních společenstvích, v Radách seniorů, ve Svazech důchodců nebo se zapojují do dobrovolnických programů v různých dobrovolnických centrech a dalších organizacích, společně s dobrovolníky různých věkových kategorií. Možnosti uplatnění dobrovolníků seniorů nejsou přesně zmapovány a neexistuje žádný zdroj, který by o této problematice uceleně pojednával. Dobrovolnictví seniorů je zmiňováno v řadě publikací, které se vztahují k problematice aktivního stáří a stárnutí. Problematika dobrovolnictví seniorů, jako jedna z možností aktivního stárnutí, je zmiňována i v řadě mezinárodních dokumentů. Jak již bylo uvedeno v kapitole motivace dobrovolníků, je patrné, že počet seniorů, kteří se rozhodnou vykonávat dobrovolnickou činnost není zanedbatelný. Jak uvádí Kalvach a Hrabětová (2005): v podmínkách ČR představují nejvýznamnější zdroj dobrovolníků zvláště mladí senioři. Jedná se především o činnosti ve zdravotnictví a v sociálních službách nebo o sousedskou výpomoc, možnosti uplatnění jsou také ve školství (např. formou mentoringu) a v dalších resortech. Sekce dobrovolníků mají různé proseniorské organizace (Kalvach, Hrabětová, 2005).

##### **6.4.1. Možnosti dobrovolnické činnosti seniorů v ČR**

Jednou z proseniorských organizací, která zapojuje dobrovolníky seniory je občanské sdružení *Život 90*. Tato organizace chce prostřednictvím svých činností přispívat k řešení problémů seniorů a umožnit jim žít co nejdéle aktivně a smysluplně v domácím prostředí. *Život 90* zajišťuje seniorům široké spektrum služeb (Senior telefon, informační a poradenské centrum a další odborné poradenství, Akademii seniorů, tísňovou péči, pečovatelskou službu, domácí péči, vydávání časopisu *Generace seniorů*, zajištění dopravy, půjčovna kompenzačních pomůcek atd.). V současné době má tato organizace 119 dobrovolníků, kteří pomáhají pravidelně a 50 dobrovolníků pomáhajících při

jednorázových akcích. Z toho 80-90% dobrovolníků tvoří právě senioři ve věku 60-90 let. Nejvíce seniorů je ve věku 65-75 let.

Dobrovolníci působí v rámci akademie seniorů jako lektoři různých zájmových kurzů (jazykových, pohybových, výtvarných atd.) vedou různé kluby nebo zajišťují odborné přednášky. Dále dobrovolníci senioři docházejí na „přátelské návštěvy“ do domácností, kde působí jako společníci, předčítají, doprovázejí k lékaři nebo na kulturní akce. Někteří dobrovolníci zajišťují organizačně – administrativní práce. Podílejí se na distribuci zpravodaje, pomáhají při různých kulturních akcích (například trhají lístky v divadle, pomáhají v šatně), každoročně se podílejí na akci „Vánoční projížďka Prahou“, kde působí jako průvodci, pomáhají při veletrhu v rámci „Dnů seniorů“, dále při akci „Internet pro seniory“. Dobrovolníci senioři jsou zapojeni i do evropských projektů: projekt „Teaming-up“ (program výměn dobrovolníků z Evropy) a projektu „Travel agence“, jehož cílem je zpřístupnit a usnadnit cestování starších lidí v Evropě. Projekt spočívá ve vyškolení dobrovolných průvodců a vydání cestovního průvodce v 10-ti jazycích (Výroční zpráva, Život 90, 2005; Barbora Horsáková, 2007).

V *Domově důchodců Sue Ryder*, je pomoc dobrovolníků v některých oblastech natolik zásadní, že by bylo bez ní jen velice obtížné tuto oblast nadále spravovat. Podle Friče a kol. (2001) se jedná o formu dobrovolnictví, kdy „dobrovolníci vykonávají činnosti, které jsou součástí programu organizace“. Dobrovolníci pomáhají jako asistenti v denním centru pod vedením ergoterapeutů a podílí se na přípravě a realizaci aktivit jako je například trénink paměti, kondiční cvičení, výtvarné činnosti, nácvik denních činností, muzikoterapie atd. Dále doprovázejí klienty denního centra do místa jejich bydliště, působí jako společníci klientů na lůžkových odděleních nebo jako asistenti při výletech a exkurzích. V rámci rehabilitace provádějí ošetřování pleti, dekoltu a šíje, působí jako společníci v domácnostech klientů, zajišťují chod dobročinných obchůdků, obstarávají informační recepci, pomáhají s administrativou a v komunitním centru při realizaci různých kulturních akcí (trhají lístky, vybírají vstupné), podílejí se na zajišťování finančních prostředků, dále působí například jako lektoři na Akademii třetího věku v rámci které probíhají přednášky, které jsou zaměřeny vždy na určité téma. Součástí akademie jsou různé besedy, diskuse a studijní kroužky, které jsou vedeny především dobrovolnými lektory seniory, kteří se mají možnost touto formou realizovat a předávat své zkušenosti dalším seniorům, studentům. Jedná se například o jazykové a počítačové kurzy (Sue Ryder, 2007).

*Seniorservis Ostrava*, realizuje projekt „Dobrovolníci – společníci osamělých seniorů“. Prostřednictvím tohoto projektu navštěvují dobrovolníci osamělé a postižené seniory a pomáhají jim prostřednictvím rozhovoru, telefonického kontaktu a drobných služeb - jako je vyřizování osobních záležitostí, předčítání, psaní dopisů, doprovod k lékaři, na procházky apod. Dobrovolníci docházejí průměrně jednou týdně do domácností seniorů, ale i do domovů důchodců, do domů s pečovatelskou službou a do nemocnice. Polovinu dobrovolníků tvoří lidé v důchodu, dále studenti, zaměstnaní, ženy v domácnosti a lidé nezaměstnaní (Seniorservis, 2007).

*Senior, o.s., Ústí nad Labem* zajišťuje služby denního centra (DC), které jsou určeny osamělým nebo zdravotně postiženým seniorům, dále seniorům s poruchami kognitivních funkcí, zejména klientům s Alzheimerovou chorobou a dalším. DC nabízí také pomoc rodinným pečovatelům příbuzným a přátelům těchto seniorů formou respitní péče, poradenství a svépomocné skupiny rodinných pečovatelů. Posláním DC je umožnit seniorům žít ve vlastních domácnostech, nebo alespoň oddálit jejich institucionalizaci. Pro seniory, kteří jsou osamělí, ale relativně zdraví a hledají aktivní naplnění svého volného času nabízí různé aktivizační a společenské programy například: kavárničku pro seniory, různé přednášky, trénink paměti atd. Denní centrum spolupracuje s dobrovolníky a Dobrovolnickým centrem Ústí nad Labem. Dobrovolníci působí v roli společníků nebo pomáhají s přípravou a realizací programů. Mezi dobrovolníky jsou také aktivní senioři (Senior, o.s., 2007).

*Projekt „Obdivuhodní senioři“* jehož cílem bylo „příspěk ke změně postojů společnosti k seniorům, zlepšit přístup seniorů k informacím, vzdělávání a komunikaci a podpořit aktivní život seniorů“ (Obdivuhodní senioři, 2005, s.5). Projekt byl zaměřen na Ústecký a Liberecký kraj a byl podpořen programem Evropské unie - Phare 2002 – Podpora aktivního života seniorů. Partnery projektu bylo Senior, o.s. v Ústí nad Labem a Regionální dobrovolnické centrum JEŠTĚD v Liberci. Projekt měl dále za cíl podnítit diskusi o nevyužitém potenciálu seniorů ve společenském životě a ukázat, že jsou velkým zdrojem znalostí a zkušeností. Proto měla být do úvah o seniorech vtažena co nejširší skupina společnosti. Další cíl projektu se zaměřoval na přípravu vhodných podmínek pro vznik Rad a spolků seniorů a získání dat pro vznik a rozvoj dalších navazujících projektů, komunitních plánů péče a služeb pro seniory. V rámci projektu proběhlo několik aktivit. Hlavní aktivitou bylo získat pro spolupráci dobrovolníky z řad mladých lidí a seniorů

a vytvořit tak dvougenerační dobrovolnický tým. Tito dobrovolníci prošli specializovaným výcvikem. Tento tým pomáhal s přípravou a realizací a vyhodnocením dotazníkového průzkumu s tématem života seniorů ve společnosti za pomoci sociologa. Dotazníky byly zaměřeny na seniory, mládež a širokou veřejnost. Dalším úkolem dobrovolnického týmu bylo zrealizovat konkrétní aktivity pro seniory. V Liberci a Ústí nad Labem proběhly různé přednášky týkající se zdraví a bezpečnosti seniorů. Tým dobrovolníků se dále podílel na sestavení adresáře seniorských zájmových skupin, klubů a jiných organizací a iniciování informačních a diskusních setkání vedoucích ke vzniku Rady seniorů. Partner projektu Regionální dobrovolnické centrum JEŠTĚD, o.s. v rámci tohoto projektu zahájilo v Liberci Kurzy trénování paměti pro seniory (Obdivuhodní senioři, 2005).

*Regionální dobrovolnické centrum JEŠTĚD, o.s.* – realizuje program „Dobrovolníci v nemocnici“ a program „Pro seniory“ – dobrovolníci docházejí jednak pravidelně 1-2 týdně do domovů pro seniory nebo do nemocnice jako společníci. Povídají si s pacienty a klienty, doprovází je na procházky, předčítají, vedou různé zájmové aktivity (jazykový kroužek, kroužek keramiky atd.) nebo pomáhají při jednorázových kulturních akcích. Dobrovolníky, kteří docházejí do domovů pro seniory, zastupují z větší části sami lidé seniorského věku. Dobrovolníci senioři představují velmi spolehlivý zdroj pomoci. Pomáhají především v roli společníků.

#### **6.4.2. Překážky a faktory ovlivňující dobrovolnickou činnost seniorů**

Překážkami proč nejsou senioři zapojováni více do dobrovolnické činnosti se zabýval ve své knize Alan Dingle (1993). Jedna z příčin, proč nejsou senioři jako dobrovolníci zapojováni může spočívat v neznalosti a předsudcích vůči starším lidem. Sami senioři jsou potom přesvědčeni o své neužitečnosti a tento obraz sebe sama posilují. Někteří senioři chtějí být užiteční, ale netroufají si, protože mají nízké sebevědomí, žili dlouho sami, mají obavu, že by mohli selhat. Často také neví, jak a kde mohou své schopnosti uplatnit. Proto je potřeba seniory informovat o možných formách zapojení. K tomu lze využít různé kluby, komunitní centra, domovy důchodců, domy s pečovatelskou službou. Zprostředkovateli mohou být také sociální pracovníci. Je důležité seniory povzbuzovat, aby se zapojili do dobrovolnické činnosti, a v jejich činnosti je podporovat. Zároveň zajistit, aby nabídka možností do kterých se mohou zapojit byla pestrá a atraktivní.



Další překážkou může být nepochopení obsahu a smyslu dobrovolnictví, které může opět vyplývat z nedostatku informací.

Někteří senioři se nezapojují, protože nejsou dostatečně materiálně zajištěni nebo nejsou dostatečně mobilní ve smyslu jejich zdravotního stavu nebo dopravního spojení. Ani to však nemusí být překážkou, pokud organizace zajistí proplácení jejich nákladů a navrhne činnosti, které může senior vykonávat poblíž místa svého bydliště nebo dokonce přímo ve své domácnosti. Jako nejčastější překážka se jeví skutečnost, že seniory s nabídkou dobrovolnické činnosti nikdo neoslovil. Nejvíce se osvědčuje, když jsou s nabídkou osloveni někým ze svých přátel nebo rodinných příslušníků, kteří sami dobrovolně pomáhají.

Výzkum realizovaný v roce 1999 v Německu se zabýval mimo jiné i faktory, které mají vliv na zapojení seniorů do dobrovolnické činnosti.

Těmito faktory jsou:

- *velikost domácnosti* – u starších lidí, kteří žijí sami, je menší pravděpodobnost, že se zapojí do dobrovolnické činnosti, než ti kteří žijí v páru nebo jsou členy větších domácností,
- *placená práce* – u starších lidí, kteří mají placenou práci je větší pravděpodobnost, že se zapojí do dobrovolnické činnosti,
- *stupeň vzdělání* – u starších lidí, kteří mají vyšší vzdělání je míra pravděpodobnosti, že se zapojí do dobrovolnické činnosti větší,
- *osobní postoje* – ti, kteří se zapojují do dobrovolnické činnosti bývají často realisti a idealisti na rozdíl od lidí, kteří jsou spíše konvenční,
- *velikost komunity* - do dobrovolnické činnosti se zapojují spíše starší lidé z obcí, kde je méně než 20.000 obyvatel. Zdá se, že menší komunity, kde se lidé více znají jsou dobrou příležitostí pro rozvoj dobrovolnictví seniorů. Počet mladších seniorů ochotných zapojit se do dobrovolnické činnosti naopak narůstá s velikostí obce (Brendgens, Brauns, 2000, s. 131-132).

## 6.5. Význam dobrovolnictví pro seniory

V rámci různých ukázek dobrovolnických projektů a programů v zahraničí a v České republice jsme měli možnost lépe poznat konkrétní podoby dobrovolnické činnosti. Je zřejmé, že každá země má určitá specifika, a tak projekt z jedné země nelze přenést do druhé země tak, jak fungoval v původní podobě, pokud k tomu nebudou uzpůsobené podmínky. Pokusím se nyní shrnout, co mají tyto dobrovolnické projekty a programy společného. Jaký je vlastně přínos dobrovolnických aktivit seniorů? Zde jsou následující možnosti:

- *Smysluplnost, posilování sociálních kontaktů, aktivizace, prevence osamělosti.*  
Velmi výstižně to vyjádřil Kalvach (2004, s. 7), který říká: „Ze sociálního hlediska nabývají na významu dobrovolnické aktivity především v rámci seniorské svépomoci a rozvoje seniorské klubové činnosti. Všechny tyto i podobné aktivity přispívají nejen k psychické činnostnosti, osobní integritě, a k pocitu životní smysluplnosti, ale také k posilování a zahušťování sociální sítě, která kolem každého seniora brání osamělosti a navozuje atmosféru sounáležitosti a jistoty kontaktu.“ Matulayová (2004, s. 231) dodává, že zejména mladší senioři mohou napomoci jako dobrovolníci zkvalitnění života starších seniorů, přičemž bude u jedné skupiny řešena jejich osamělost a u druhé jejich další potřeby.
- *Pracovní aktivita ve stáří, strukturace času, role, seberealizace.*  
Dobrovolnictví seniorů může také fungovat jako forma neplacené pracovní aktivity. Zejména neziskový sektor vytváří široký prostor pro realizaci jejich potřeb, kde mohou být zapojeni do různých aktivit a projektů.
- *Zpomalení procesu stárnutí.*  
Podle prof. Dr. G. Thiele (2007) se ukazuje, že ne všichni lidé stárnou stejně rychle. Na proces stárnutí má vliv mnoho faktorů. Jedním z faktorů, které oddalují proces stárnutí je například spokojenost s povoláním. Zvláště povolání, která jsou založena na styku s lidmi jsou stimulující. Mezi faktory, které nejvíce zpomalují proces stárnutí patří optimistický postoj k životu, obecná aktivita, společenská, široký okruh zájmů a ze všeho nejdůležitější je pozitivní hodnocení předchozího života.

➤ *Předávání zkušeností mladším.*

Jak jsme viděli na příkladu německých a francouzských projektů, senioři mají bohaté zkušenosti a znalosti, které mohou předat mladší generaci a prolomit tak generační bariéru.

➤ *Participace, zapojení seniorů do tvorby programů.*

Jednou z možností je vytváření zábavně - terapeutických programů, do kterého se mohou zapojit sami senioři. Jak uvádí Rheinwaldová ( 1999, s. 20) dobrovolníci senioři, mohou díky této činnosti získat „pocit smysluplnosti vlastního života, uspokojení potřeby být užitečný jiným a lásku a vděčnost obyvatel, kterým zkvalitní život.“ Senioři se uplatňují také jako lektori na akademiích volného času, sdružují se ve Svazech důchodců a Radách seniorů .

➤ *Vytváření pozitivního obrazu stáří.*

Zapojením seniorů do různých oblastí společenského života může dobrovolnictví seniorů také přispět k vytvoření pozitivního obrazu stáří.

## II. PRAKTICKÁ ČÁST

### 7. Úvod do problému

V současné době je velmi obtížné určit, která organizace poskytuje sociální služby a která nikoli. Doposud neexistovalo jednoznačné kritérium podle kterého bychom se mohli řídit. Dne 1.1. 2007 vešel v platnost zákon č. 108/2006 Sb. o sociálních službách, který ukládá povinnost organizacím, které poskytují sociální služby se registrovat, pokud budou chtít být označovány jako sociální služba a žádat příspěvek od státu. Organizace, které chtějí splnit tuto podmínku, tak musí učinit do konce června tohoto roku. Řada organizací se teprve chystá registrovat se jako sociální služba, někteří zřizovatelé organizací nemají jasno, zda sociální služby vlastně poskytují. Určit v současné době přesný počet organizací, které poskytují sociální služby v Libereckém kraji podle tohoto zákona je tedy obtížné. Proto jsem se rozhodla pro účely výzkumu užívat pojem sociálně - zdravotní zařízení. Jako kritérium při výběru organizací mi posloužil „Katalog sociálních služeb Libereckého kraje“, který však kromě sociálních služeb zahrnuje i organizace, které do resortu sociálních služeb nespádají. Podle tohoto katalogu v Libereckém kraji působí přes 200 organizací zdravotního a sociálního zaměření. v následujícím složení - 60 příspěvkových organizací zřizovaných krajem a obcemi, cca 140 občanských sdružení, 9 obecně prospěšných organizací a 8 církevních zařízení. Z těchto organizací se pouze dvě organizace zabývají koordinací dobrovolnických programů a jsou součástí Koalice dobrovolnických iniciativ ( sdružení organizací zapojených do programu rozvoje dobrovolnictví iniciované HESTII – Národním dobrovolnickým centrem v Praze). Jednou z organizací je občanské sdružení „D“ v Liberci, které realizuje dobrovolnický program Pět P. Tento preventivní program pro děti ve věku 6 - 15 let, je založen na kamarádkém vztahu dítěte s dospělým dobrovolníkem a je určen dětem, jejichž zdravý vývoj je ohrožen. Program je zaměřen například na pomoc dětem ze sociálně slabých rodin, dětem, které si obtížně hledají kamarády, mají výchovné problémy, poruchy učení apod. Dále má sdružení vypracován seznam organizací, kde mohou dobrovolníci působit.

Další organizací, která pracuje v Liberci s dobrovolníky je Regionální dobrovolnické centrum JEŠTĚD, o.s., realizující dobrovolnický program „Pro seniory“, jehož cílem je podpora plnohodnotného života seniorů prostřednictvím zapojení dobrovolníků do péče o seniory v zařízeních poskytujících sociální služby v Libereckém

kraji. Druhým programem je program „Dobrovolníci v nemocnici“, který usiluje o zlepšení psychosociálních podmínek pacientů v nemocnicích prostřednictvím zapojení dobrovolníků.

Obě dobrovolnická centra zapojují dobrovolníky v rámci svých programů. Někteří ze zapojených dobrovolníků v Regionálním dobrovolnickém centru JEŠTĚD, o.s. jsou senioři. Dobrovolníci senioři působí i v dalších organizacích sociálního a zdravotního zaměření v Libereckém kraji, ale jejich činnost není zmapována. Jednotlivé organizace si vedou evidenci dobrovolníků pro své vlastní potřeby nebo potřeby svých klientů. Jak vyplývá z teoretické části, analýza a zmapování potřeb komunity je pro práci s dobrovolníky velmi důležitá. Mapování potřeb dobrovolnické práce v České republice bylo realizováno například v rámci výzkumu „Dárcovství a dobrovolnictví v České republice“ provedeném agenturou AGNES a NROS v roce 2000, v rámci projektu „Zvýšení profesionality nevládních organizací v oblasti dobrovolnictví“, realizovaném HESTIÍ – Národním dobrovolnickým centrem v rámci projektu Phare 2000, který probíhal ve městech Brno, Česká Lípa, Havlíčkův Brod, Kroměříž, Olomouc, Ostrava, Praha, Ústí nad Labem a okolních regionech během roku 2002 - 2003 a v rámci projektu „Zmapování a analýza potřebnosti dobrovolnické práce v zařízeních zdravotní a sociální péče v Jihočeském kraji“, který byl proveden během let 2002 - 2003 Ústavem sociální práce Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity. V Libereckém kraji doposud nebyl realizován výzkum, který by zjišťoval potřebnost dobrovolnické práce seniorů. Tento výzkum může být tedy první příležitostí ke zmapování možností uplatnění dobrovolníků seniorů v organizacích sociálního a zdravotního zaměření v Libereckém kraji a přispět k rozšíření nabídky pro zájemce o dobrovolnickou činnost z řad seniorů.

## **8. Cíle výzkumu**

Hlavním cílem výzkumu je získat informace o stávajících možnostech zapojení seniorů jako dobrovolníků v organizacích sociálního a zdravotního zaměření působících v Libereckém kraji. Zjistit zda tyto organizace s dobrovolníky pracují, v jaké oblasti dobrovolníci působí, ale především zjistit, zda v organizacích pomáhají dobrovolníci senioři a jaké jsou jejich možnosti uplatnění v konkrétních organizacích. Ze zpracovaných údajů sestavit informační brožuru s možnostmi uplatnění seniorů dobrovolníků, která bude umístěna ve vybraných organizacích v Libereckém kraji, kde se senioři sdružují.

## 9. Hypotézy

1. *Pokud do organizací dochází dobrovolníci, bude počet dobrovolníků v nestátních organizacích vyšší než ve státních.*
2. *Pokud dochází do organizací dobrovolníci senioři, bude počet dobrovolníků seniorů v nestátních organizacích vyšší než ve státních.*
3. *Neziskové organizace budou mít větší zájem o dobrovolníky seniory než organizace státní.*

## 10. Výzkumný soubor

### 10.1. Výběr výzkumného souboru

Při výběru výzkumného souboru byly použity kontakty na organizace z „Katalogu sociálních služeb Libereckého kraje“. Prostřednictvím elektronické pošty byl zaslán dotazník celkem 222 organizacím. Tento soubor zahrnoval 9 azylových zařízení, 15 domovů důchodců, 36 Domů s pečovatelskou službou, penzionů pro seniory, 11 krizových center a zařízení zaměřených na léčbu závislostí, 10 mateřských center a služeb pro rodinu, 11 zařízení náhradní rodinné péče – dětské domovy, výchovné ústavy, 14 poradenských zařízení, 76 tvořily sdružení a organizace zaměřené na pomoc zdravotně postiženým, 12 ústavů sociální péče, 16 organizací zaměřených na sociální integraci a prevenci a 12 organizací tvořili zřizovatelé, zastřešující organizace a ostatní služby. Z celkového počtu odpovědělo 41 organizací, dotazník však vyplnilo jen 34 organizací a 33 dotazníků bylo použitelných pro účely tohoto výzkumu.

### 10.2. Charakteristika výběrového souboru

Výzkumný soubor tvoří 33 organizací sociálního a zdravotního zaměření působících v Libereckém kraji, které projevíly o výzkum zájem. Tento soubor tvoří 4 domovy důchodců, 6 mateřských center a služeb pro rodinu, 7 zařízení náhradní rodinné péče, 2 krizová centra a zařízení zaměřená na léčbu závislosti, 3 Domy s pečovatelskou službou, penziony pro seniory, 1 ústav sociální péče, 3 poradny, 5 sdružení a organizace zaměřené na pomoc zdravotně postiženým, 1 organizace zaměřená na sociální integraci a prevenci a 1 zařízení ostatních služeb.

## 11. Metodologie výzkumu

### 11.1. Použité techniky

Výzkum byl realizován formou nestandardizovaného dotazníku. Za seniora byla pro účely tohoto výzkumu považována osoba, která je starší 65 let (definice WHO). Za dobrovolníka: „člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti“ (Tošner, Sozanská, 2002, s. 35).

Dotazník se zaměřoval na získání následujících informací:

- základní informace o organizaci (název organizace, právní forma organizace, kontaktní údaje organizace: adresa, statutární zástupce, kontaktní osoba, telefon, fax, e-mail, webové stránky,
- činnost organizace, cílová skupina,
- zkušenosti organizace s dobrovolníky (spolupráce s dobrovolníky, počty docházejících dobrovolníků, zájem o dobrovolníky, oblast působení dobrovolníků),
- zkušenosti organizace s dobrovolníky seniory (spolupráce s dobrovolníky seniory, počty, zájem o dobrovolníky seniory, činnosti pro dobrovolníky seniory, cílové skupiny,
- metodika práce s dobrovolníky (proškolení, dohody, pojištění, supervize),
- další služby pro dobrovolníky (semináře, pomůcky, proplácení cestovného, poskytování ubytování, stravy, jiné),
- zájem organizace o zprostředkování následujících služeb (proškolení dobrovolníků, zabezpečení dohod s dobrovolníky, pojištění dobrovolníků, supervize dobrovolníků, další informace o dobrovolnictví).

Se dvěma zástupci organizací byl proveden osobní rozhovor na základě jejich předchozí žádosti.

### 11.2. Organizace a průběh výzkumu

Sběr dat probíhal během měsíce března a dubna 2007. Po prvním obeslání se vrátilo zpět 13 dotazníků a 5 organizací zaslalo pouze odpověď s následujícím obsahem: 1 organizace končí svoji činnost, 1 organizace má celostátní působnost a údaje by nebyly

relevantní, 1 organizace zatím v Libereckém kraji nezahájila činnost, 2 organizace odpověděly, že nemají uplatnění pro dobrovolníky seniory.

Po druhém obslání se vrátilo zpět 20 dotazníků. Z toho 1 dotazník nebyl použitelný, 2 organizace odpověděly, že nevidí možnost uplatnění dobrovolníků seniorů.

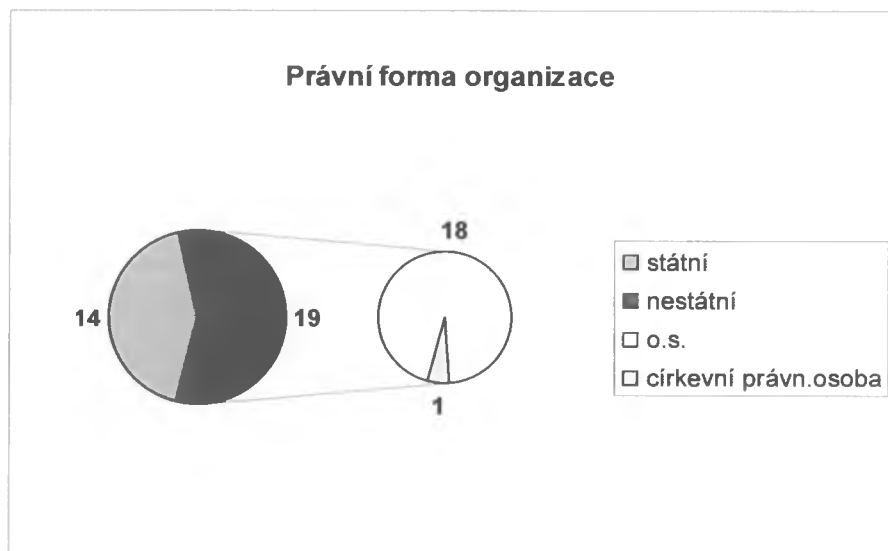
### **11.3. Zpracování dat**

Zpracování dat proběhlo v programu Microsoft Excel. Data byla vyplněna do připraveného excelového souboru. Na základě analýzy dat byly vypracovány grafy a tabulky, které byly následně interpretovány a na základě získaných dat sestavena informační brožura s možnostmi uplatnění seniorů dobrovolníků v Libereckém kraji.



## 12. Analýza a interpretace dat

Graf č.1 - Právní forma organizace



Výzkumný soubor tvořilo celkem 33 organizací. Nejvíce byly zastoupeny nestátní organizace (19) a z tohoto počtu 18 organizací mělo statut občanského sdružení, 14 organizací bylo státních, pouze 1 organizace byla církevní právnickou osobou. Proporcionální zastoupení organizací ve výzkumném souboru se přibližně shoduje s proporcionálním zastoupením organizací v Libereckém kraji. Nejvíce organizací, které působí v Libereckém kraji v sociálně zdravotní oblasti má nestátní charakter a nejméně organizací charakter církevní. V jiných regionech České republiky by zastoupení církevních organizací bylo pravděpodobně větší, ale jak je patrné již při výběru výzkumného souboru, mnoho církevních zařízení v Libereckém regionu nepůsobí.

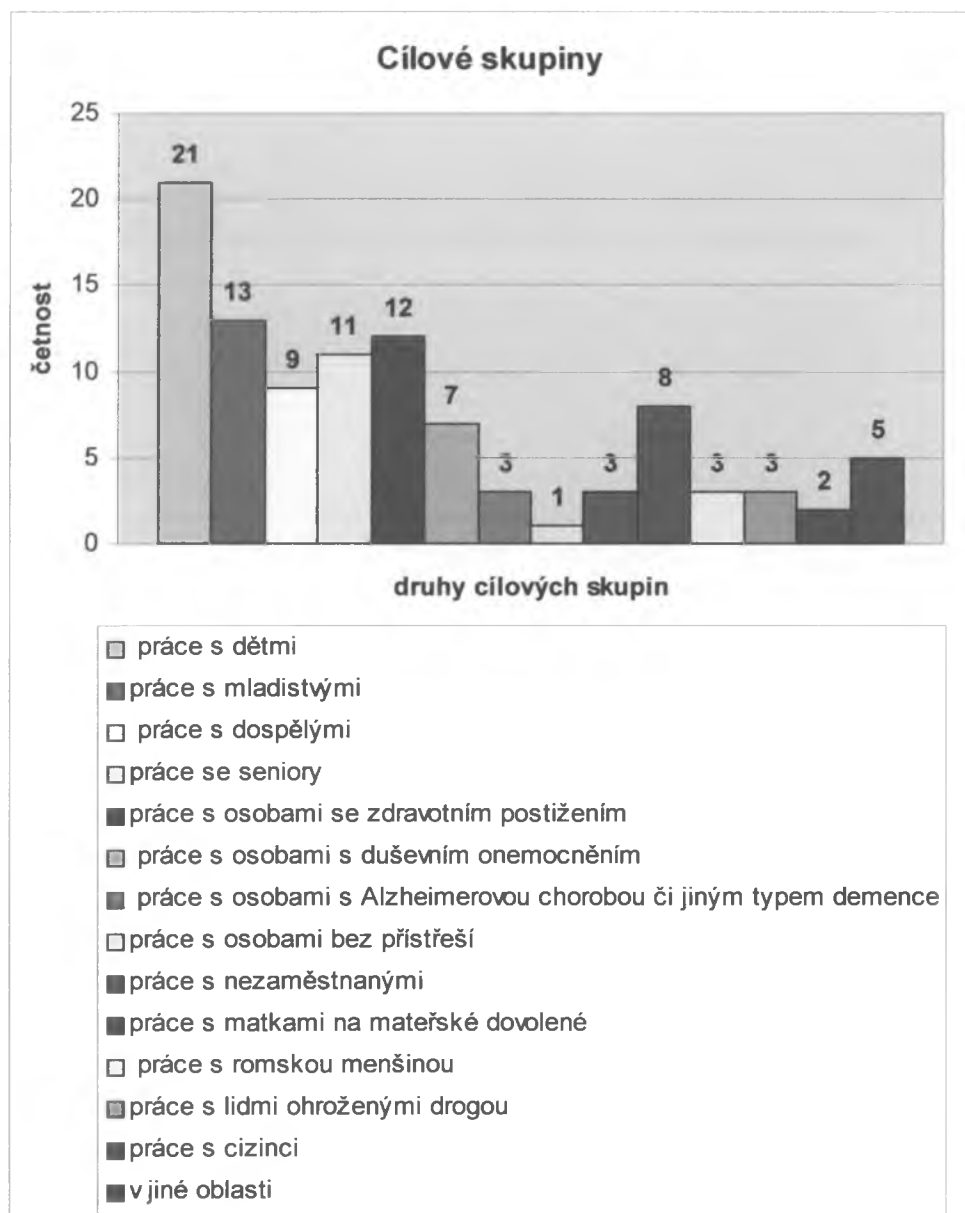
Tabulka č. 1 - Činnost organizací

1. sociální poradenství	7
2. osobní asistence	1
3. pečovatelská služba	3
4. tísňová péče	0
5. průvodcovské a předčitatelské služby	1
6. podpora samostatného bydlení	0
7. odlehčovací služby	1
8. centra denních služeb	2
9. denní stacionáře	2
10. týdenní stacionáře	0
11. domovy pro osoby se zdravotním postižením	1
12. domovy pro seniory	4
13. domovy se zvláštním režimem	3
14. chráněné bydlení	0
15. sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních ústavní péče	0
16. raná péče	2
17. telefonická krizová pomoc	2
18. terénní programy	1
19. tlumočnické služby	0
20. azylové domy	1
21. domy na půl cesty	0
22. kontaktní centra	2
23. krizová pomoc	0
24. nízkoprahová denní centra	0
25. nízkoprahová zařízení pro děti a mládež	2
26. noclehárny	0
27. služby následné péče	1
28. sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi	7
29. sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením.	3
30. sociálně terapeutické dílny	0
31. terapeutické komunity	0
32. sociální rehabilitace	1
33. jiný typ	16

Tabulka ukazuje přehled činností organizací. Pro vymezení činnosti organizací bylo uvedeno celkem 32 typů sociálních služeb podle zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách. Pokud organizace sociální služby neposkytovala, měla možnost uvést jiný typ služeb. Z tabulky je patrné, že nejvíce organizací, celkem 16, uvedlo, že poskytuje jiný typ služby. Jednalo se o: rekvalifikační kurzy zaměřené na informační technologie a účetnictví, poradenskou činnost v oblasti hledání zaměstnání pro rodiče pečující o malé děti, volnočasové aktivity pro všechny věkové kategorie, dětské domovy, sociálně právní ochranu dětí, provoz zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc, mateřská centra, organizování seminářů, zpravodajství pro neziskové organizace, osvětu veřejnosti, problematiku osob se zdravotním postižením, výchovné poradenství, hlídání dětí, nabídku besed, kurzy pro matky na mateřské dovolené, hiporehabilitaci, volnočasové, sportovní, kulturní aktivity pro rodiny se zdravotně postiženými dětmi, pro děti ze znevýhodněného prostředí, kurzy pro začínající dobrovolníky z řad středoškoláků, dobrovolnickou službu v oblasti pomoci seniorům a osobám se zdravotním postižením. Výsledek by mohl poukazovat na skutečnost, že v „Katalogu sociálních služeb“, ze kterého jsem vycházela jsou obsaženy i jiné typy služeb než sociální nebo že organizace vedle sociální služby, která je považována za hlavní, poskytují také jiný typ služby.

Po jiném typu služby jsou nejvíce zastoupeny sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi (7) a ve stejném počtu sociální poradenství (7). Dále domovy pro seniory, které uvedly jako typ služby 4 organizace, 3 organizace zajišťují pečovatelskou službu, 3 organizace uvedly domovy se zvláštním režimem, 2 organizace uvedly centra denních služeb, ve 2 organizacích jsou denní stacionáře, 2 organizace zajišťují ranou péči, 2 organizace telefonickou krizovou intervencí, 2 kontaktní centra, 2 nízkoprahová zařízení pro děti a mládež a 1 organizace uvedla osobní asistenci, 1 organizace zajišťuje průvodcovské a předčitatelské služby, 1 odlehčovací služby, 1 domovy pro osoby se zdravotním postižením, 1 terénní programy, 1 azylové domy, 1 služby následné péče a 1 sociální rehabilitaci. Spektrum sociálních služeb poskytovaných organizacemi v Libereckém kraji je tedy velmi pestré.

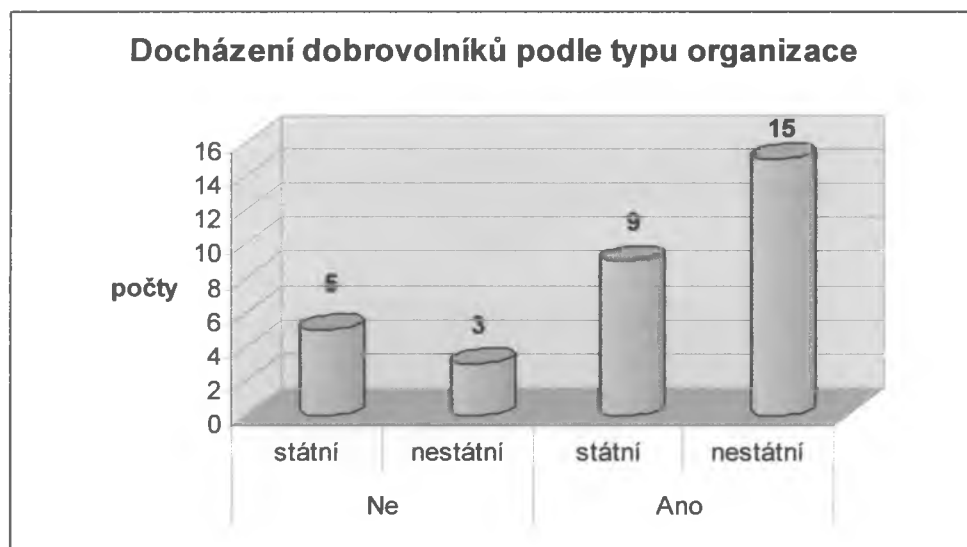
**Graf č. 2 - Cílové skupiny organizace**



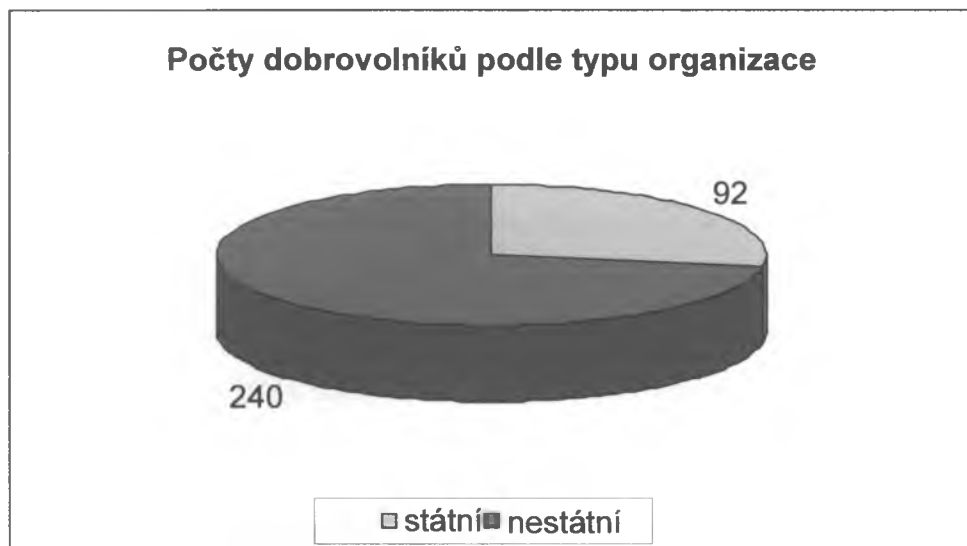
Organizace mohly zvolit celkem 13 cílových skupin vybraných podle Katalogu sociálních služeb Libereckého kraje. Nejvíce byly zastoupeny následující 4 cílové skupiny: nejvíce organizací (21) pracuje s cílovou skupinou děti, dále s mladistvými pracuje 13 organizací, s osobami se zdravotním postižením pracuje 12 organizací a 11 organizací uvedlo za cílovou skupinu seniory. Dále 9 organizací uvedlo, že pracuje s dospělými, 8 organizací pracuje s matkami na mateřské dovolené, 7 organizací pracuje s osobami s duševním onemocněním, 5 organizací uvedlo, že pracuje s jinou cílovou skupinou. V odpovědích organizace spíše specifikovaly již vyjmenované cílové skupiny (jednalo se o rodiče a zákonné zástupce dětí), které by se daly zařadit do kategorie dospělých, dále

sociálně ohrožené děti, které by patřily do kategorie dětí a lidé v obtížné životní situaci, kteří by byli taktéž zařaditelní do již vyjmenovaných cílových skupin).

**Graf č. 3 – Docházení dobrovolníků podle typu organizace**



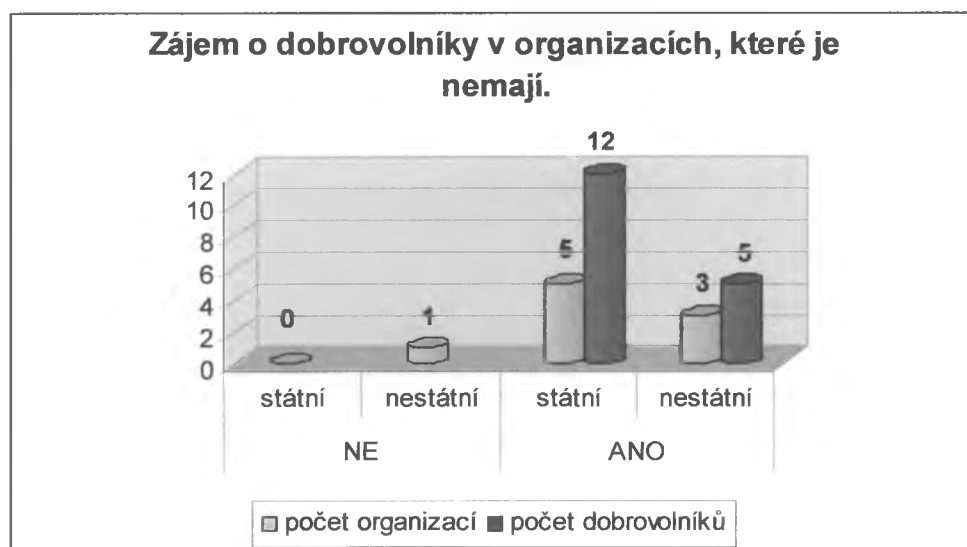
**Graf č. 4 – Počty dobrovolníků podle typu organizace**



Do většiny organizací, celkem do 24 organizací, dobrovolníci docházejí. Z 19-ti nestátních organizací uvedlo, že k nim docházejí dobrovolníci 15 z nich. Ze 14-ti státních organizací docházejí dobrovolníci do devíti. Zbývajících 8 organizací uvedlo, že dobrovolníci do jejich organizace nedocházejí. Jednalo se o 5 státních organizací a 3 nestátní

organizace. Zjištěné údaje odpovídají výsledkům výzkumu „Dárcovství a dobrovolnictví v ČR“, které uvádí, že nejvíce dobrovolníci pracují pro občanská sdružení (Frič a kol., 2001). Stejně tak se potvrzuje i zjištění, že více dobrovolníků (celkem 240) působí v nestátních organizacích, oproti 92 dobrovolníkům ve státních organizacích. Počet zahrnuje dobrovolníky, kteří dochází pravidelně tak i příležitostně, na jednorázové akce.

**Graf č. 5 - Zájem o dobrovolníky v organizacích, které je nemají**



Z devíti organizací, které uvedly, že nemají dobrovolníky má zájem o spolupráci s nimi většina, tj. 8 organizací. Znamená to, že všechny státní organizace, které uvedly v otázce č. 12, že nemají dobrovolníky by jejich služeb využily. Celkem by ve státních organizacích, které s dobrovolníky zatím nespolupracují, našlo uplatnění 12 dobrovolníků. Ze 4 nestátních organizací, které uvedly, že dobrovolníky nemají, by zájem o spolupráci s nimi měly jen 3 z nich a celkem by využily jen 5 dobrovolníků. Pouze 1 organizace zájem o dobrovolníky nemá. Jednalo se o organizaci, která se zabývá problematikou závislostí, která jako důvod uvedla, že výkony pracovníků jsou pravidelné, odborné, vyžadují vysokoškolské vzdělání, psychologický výcvik, cestování mezi jednotlivými okresy. Tato organizace se domnívá, že jsou to příliš vysoké nároky, a že takto specializovaný odborník mezi dobrovolníky pravděpodobně není. Zdá se tedy, že většina organizací, která s dobrovolníky dosud nespolupracuje je dobrovolnické činnosti nakloněná. Celkem by organizace které dosud s dobrovolníky nepracují využily služeb 17-ti dobrovolníků.

Graf č. 6 — Zkušenosti s dobrovolníky



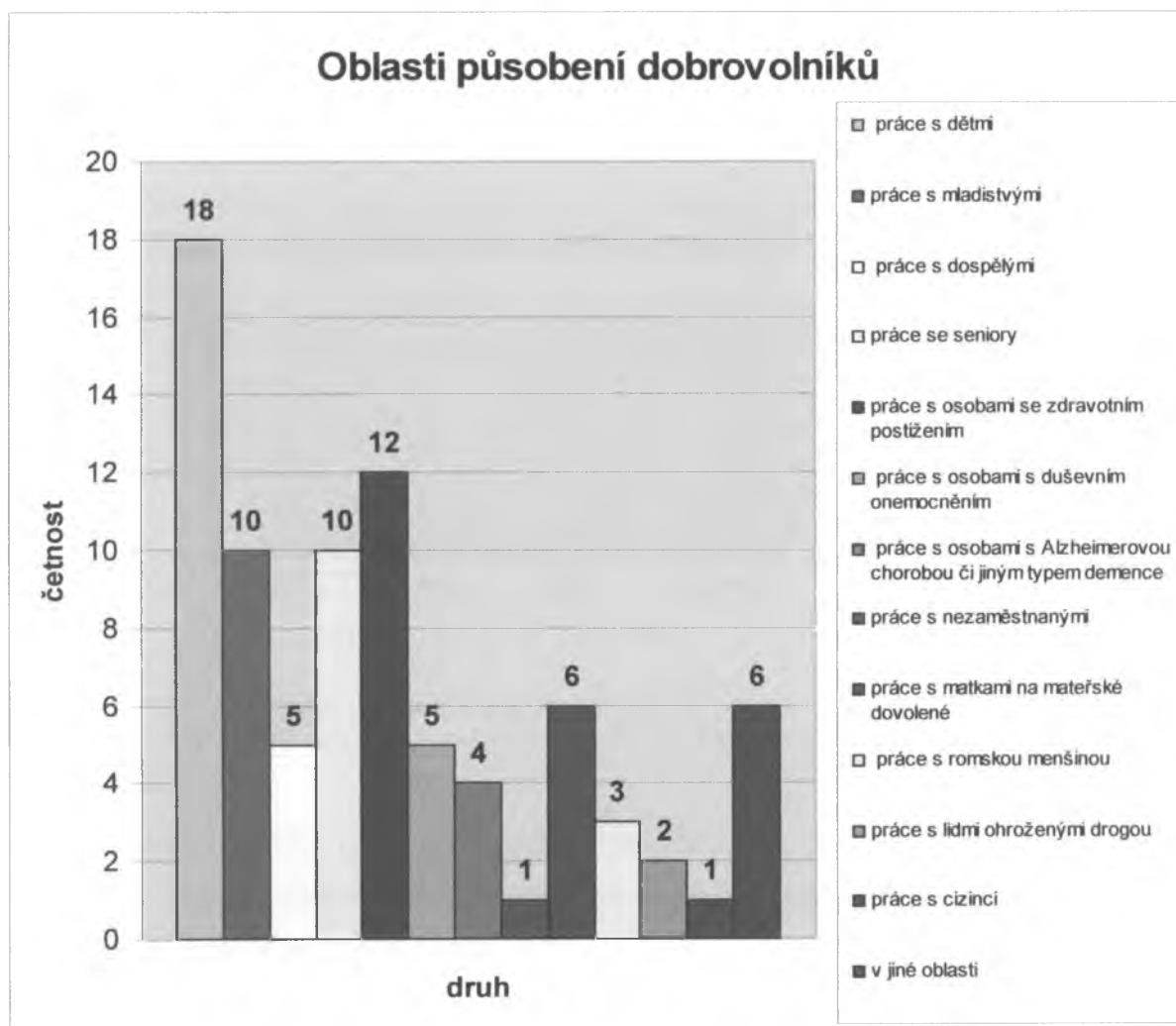
Graf č. 7 — Zájem o další dobrovolníky



Z organizací, které uvedly, že mají dobrovolníky (celkem 24) má zájem o další dobrovolníky 19 organizací, z toho větší počet (12) tvoří nestátní organizace, které také mají větší poptávku po dobrovolnících. Celkem by nestátní organizace uvítaly spolupráci s 72 dalšími dobrovolníky. Státních organizací, které mají dobrovolníky a mají zájem o další je méně ale uvítaly by celkem 29 dalších dobrovolníků. Celkem by organizace využily služeb dalších 101 dobrovolníků, což svědčí o nakloněnosti dobrovolnické práci a potvrzuje pozitivní zkušenost organizací. Pouze 4 organizace nemají zájem o další dobrovolníky. Počet státních a nestátních organizací je v tomto případě vyrovnaný. Jako

důvod uvedly 3 organizace, že dosavadní počet dobrovolníků je nyní dostatečný, 1 organizace uvedla, že není o dobrovolníky ze strany klientů zájem. Některé organizace neurčily konkrétní počet dobrovolníků, ale 1 organizace uvedla, že by počet dobrovolníků závisel na nabídnuté a dohodnuté činnosti, 2 organizace uvedly, že nemají stanoven horní limit dobrovolníků. Počet dobrovolníků, o které je ze strany organizací zájem, by tedy mohl být ještě vyšší.

**Graf č. 8 — Oblasti působení dobrovolníků**



Nejvíce organizací (18) uvedlo, že dobrovolníci působí nebo by mohli působit v oblasti práce s dětmi, 12 organizací uvedlo, že dobrovolníci působí nebo by mohli působit v oblasti práce s osobami se zdravotním postižením, v 10-ti organizacích v oblasti práce s mladistvými a v dalších 10-ti v oblasti práce se seniory. Dále byla zastoupena



oblast práce s matkami s dětmi (6) a jiná oblast (6). Jako jinou oblast, kde působí dobrovolníci nebo by mohli působit uváděli zástupci organizací: práci s dětmi ze znevýhodněného prostředí, dále uváděly tyto činnosti: výroba speciálních pomůcek pro děti se zdravotním postižením, pomoc při administrativě, pomoc při pořádání akcí, vedení odborných konzultací, řízení organizace, informační technologie, strategické řízení organizace, pomoc při jednorázových akcích, příprava semináře, pomoc při vedení besedy, distribuce letáků, mapování bariérovosti ve městech, plánování činnosti kanceláře, asistence u hiporehabilitace, organizační záležitosti, podávání informací novým klientům, objednávání klientů do poraden. Nabídka činností pro dobrovolníky je velmi široká, organizace tedy mají určitou představu o náplni dobrovolnické činnosti

**Graf č. 9 – Zájem o dobrovolníky seniory**



Převážná většina (24) organizací uvedla, že mezi jejich dobrovolníky nejsou dobrovolníci senioři. Překvapivě byly odpovědi v případě nestátních a v případě státních organizací stejné. Takto odpovědělo 12 nestátních a 12 státních organizací. Pouze 8 organizací uvedlo, že u nich dobrovolníci senioři působí. Z organizací, které uvedly, že u nich dobrovolníci senioři působí se jednalo o 6 nestátních organizací zastoupených jedním mateřským centrem, jednou organizací zajišťující volnočasové aktivity pro všechny věkové skupiny, jednu organizaci zaměřenou na práci s rodinami a dětmi vyžadujícími okamžitou pomoc, dvěma organizacemi, které poskytují služby osobám se zdravotním postižením a jedním dobrovolnickým centrem. Z organizací, které odpověděly, že seniory mají, byly pouze 2 organizace státní. V obou případech se jednalo o domovy důchodců,

kteře spolupracují s dobrovolnickým centrem. Nestátní organizace uvedly, že u nich působí celkem 30 dobrovolníků seniorů, tzn. pro představu průměrně 5 seniorů v každé organizaci. Ve dvou státních organizacích působí 8 seniorů. Celkem v organizacích působí 38 dobrovolníků seniorů. To znamená, že některé organizace již zkušenosti s dobrovolníky seniory mají, převážně se jedná o neziskové organizace.

**Graf č. 10 – Zájem o dobrovolníky seniory v organizacích, které je nemají**



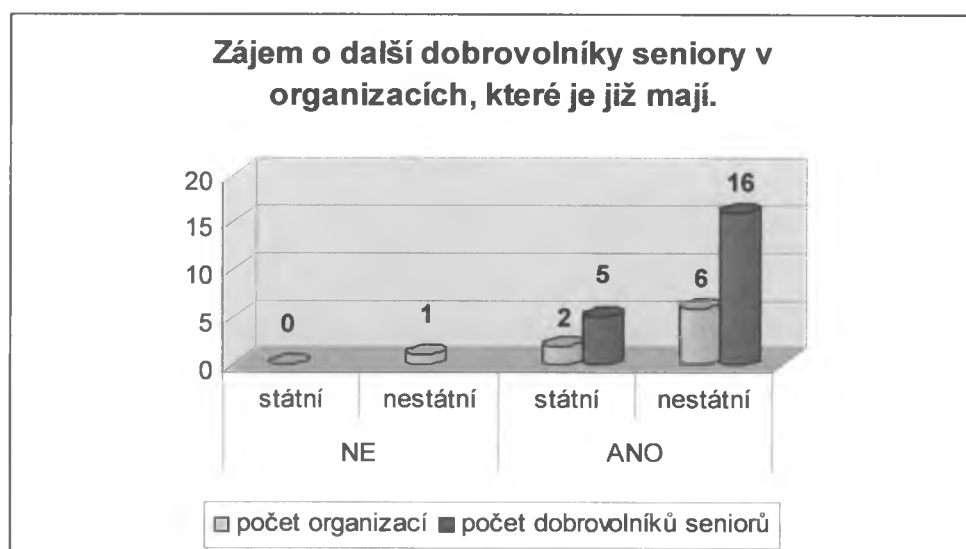
Ze 24 organizací, které uvedly, že nemají dobrovolníky seniory má o spolupráci s nimi zájem 22 organizací, tj. převážní většina. Z těchto organizací je 12 organizací nestátních a 10 státních. Zájem nestátních a státních organizací je tedy poměrně vyrovnaný. Celkem by v těchto organizacích našlo uplatnění 59 dobrovolníků seniorů, což svědčí o tom, že jsou organizace dobrovolnické práci nakloněny. Některé organizace nestanovily přesný počet, ale uvedly, že počet dobrovolníků seniorů může být neomezený. Další organizace uvedly, že počet by závisel na nabídnuté a dohodnuté činnosti, to znamená, že by ve 22 organizacích našlo uplatnění více než 59 dobrovolníků seniorů. Pouze 2 organizace odpověděly, že nemají zájem o dobrovolníky seniory. Některé organizace uváděly jako důvod, že zatím o dobrovolnících seniorech nepřemýšlely, což nevylučuje, že by o dobrovolnících seniorech v budoucnu uvažovat mohly. Dvě organizace uvedly, že není zájem o mladé dobrovolníky, a tak nepředpokládají ani zájem o dobrovolníky seniory.

**Graf č. 11— Zkušenosti s dobrovolníky seniory**



Všechny organizace, které s dobrovolníky seniory již spolupracují (tj. 8 organizací) uvedly shodně, že s dobrovolníky seniory mají spíše pozitivní zkušenosti. Pokud by tato otázka byla formulována v otevřené formě, mohli bychom se o zkušenosti s dobrovolníky seniory dozvědět více informací.

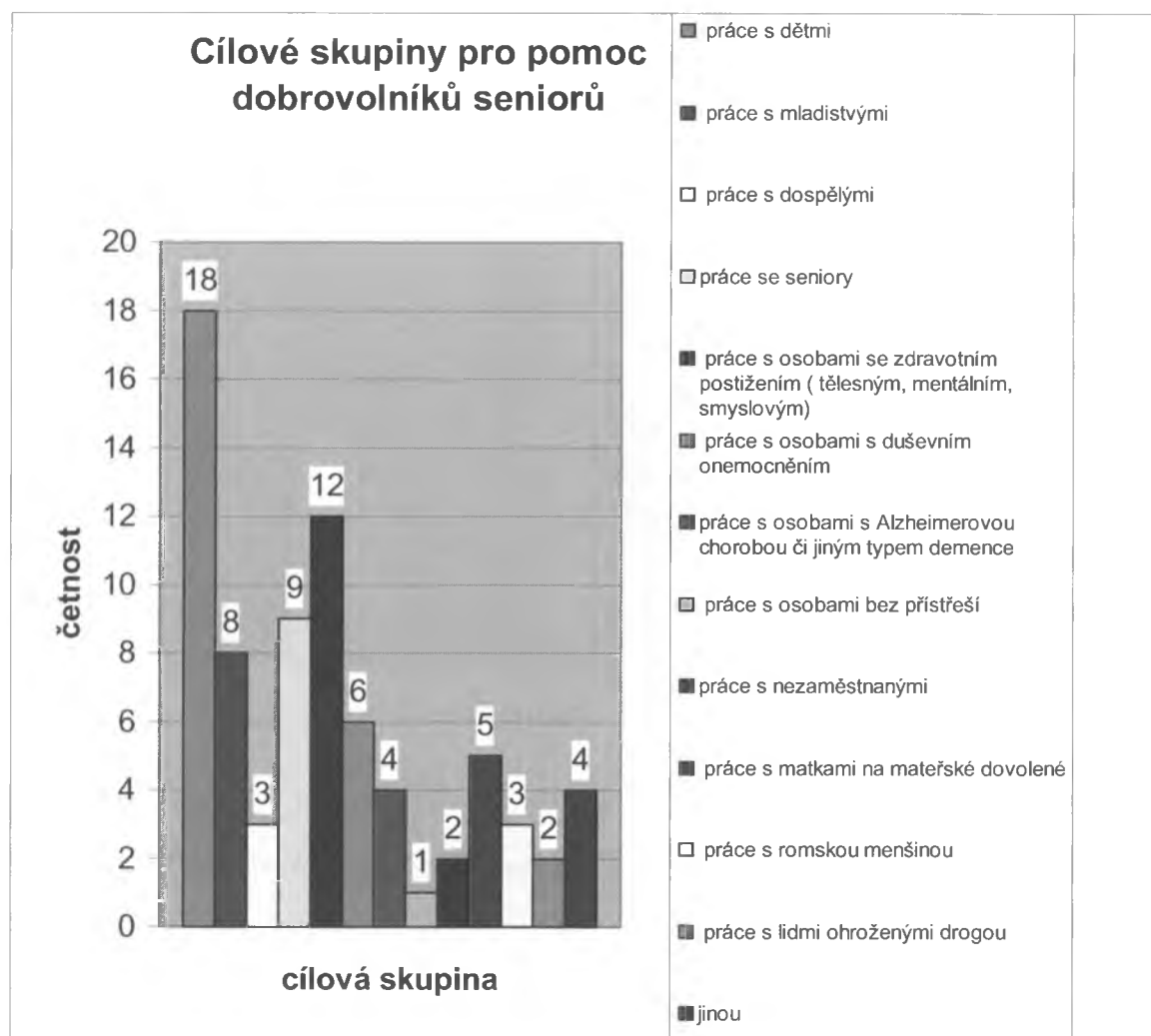
**Graf č. 12 – Zájem o další dobrovolníky seniory**



Z organizací, které uvedly, že mají dobrovolníky seniory, tj. 8 organizací, mají všechny zájem o další dobrovolníky, což nasvědčuje nakloněnosti dobrovolnické práce seniorů. Celkem by v těchto organizacích našlo uplatnění dalších 21 dobrovolníků. Některé organizace uvedly, že nemají stanoven horný limit dobrovolníků, to znamená, že

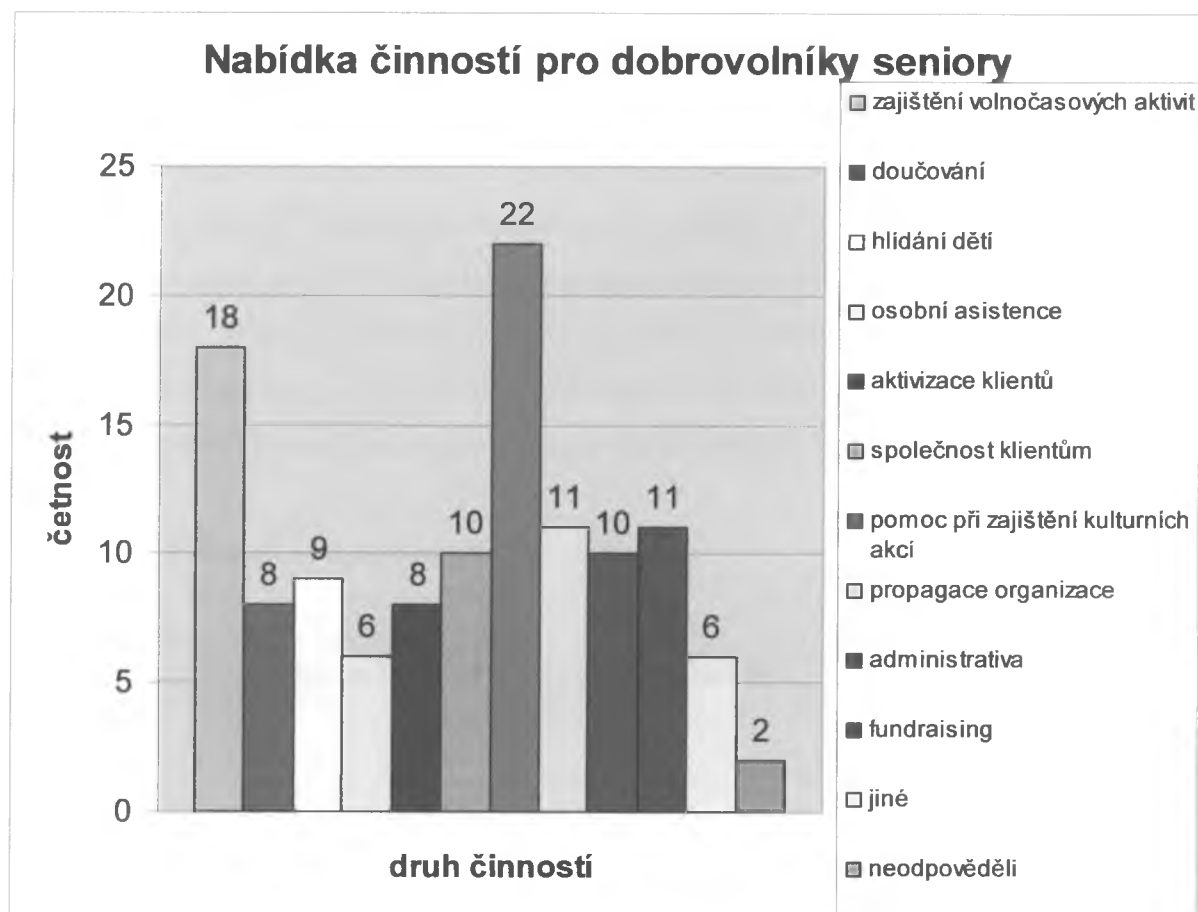
by uplatnění v organizacích, které již s dobrovolníky seniory pracují našlo více než 21 seniorů.

**Graf č. 13 – Cílové skupiny pro pomoc dobrovolníků seniorů**



Nejčastěji uváděnou cílovou skupinou se kterou by dobrovolníci senioři mohli pracovat nebo se kterou již pracují je práce s dětmi. Tuto oblast uvedlo 18 organizací. Dále organizace uváděly oblast práce s osobami se zdravotním postižením (12). Třetí nejčetnější oblastí byla práce se seniory, kterou uvedlo 9 organizací. Tyto jmenované oblasti v podobných počtech uváděly organizace i pro ostatní dobrovolníky.

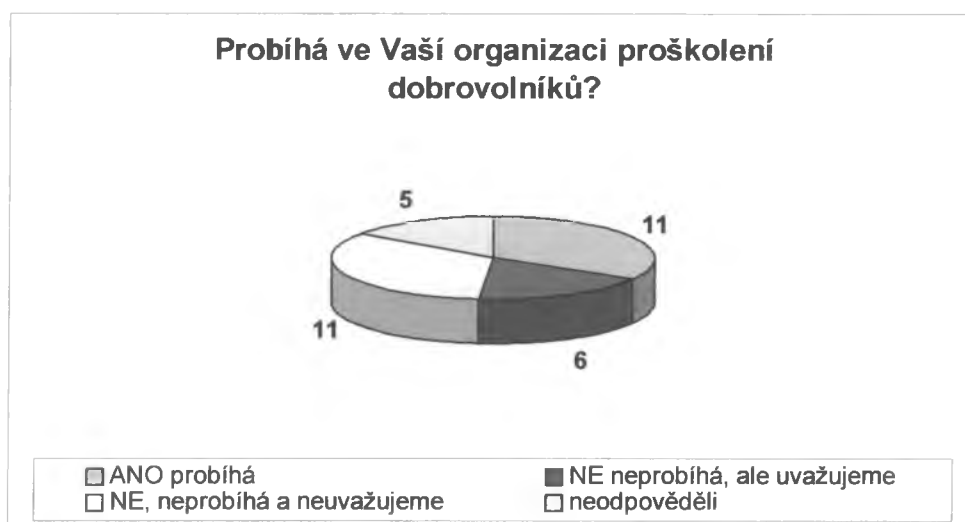
Graf č. 14 - Nabídka činností pro dobrovolníky seniory



Nejpotřebnější činností pro dobrovolnickou práci seniorů se ukazuje být pomoc při zajištění kulturních akcí, kterou uvedlo celkem 22 organizací. Pomoc při organizování akcí jako druhou nejčtetnější činnost, kde se dobrovolníci uplatňují uvádí také výzkum „Dárcovství a dobrovolnictví v ČR“ Frič a kol. (2001) Další vyhledávanou činností je zajištění volnočasových aktivit (uvedlo 18 organizací). Údaje se opět shodují se zjištěním Friče a kol. (2001), který uvádí pomoc při zajištění aktivit na třetím místě. Dalšími potřebnými činnostmi je propagace organizace a fundraising (získávání finančních prostředků), které uvedlo 11 organizací. V 10-ti organizacích by senioři našli uplatnění v oblasti administrativy a jako společníci klientů. O hlídání by mělo zájem 9 organizací. V osmi organizacích by se jednalo o doučování a aktivizaci klientů. Osobní asistenci by nabízelo 6 organizací a stejný počet organizací by uvítalo zajištění jiných činností. Jednalo se například o využití pracovních zkušeností, překlady textů do anglického a německého jazyka, jazykové konzultace v angličtině, němčině, francouzštině, ruštině a polštině, hlídání dětí v herně, drobnou výpomoc, výpomoc při větších

organizačních akcích, pomoc při drobných opravách, nezávislou pomoc při zjišťování spokojenosti klientů se službami, zajištění asistence u hiporehabilitace zajištění průvodcovských a předčitatelských služeb, organizační záležitosti, podávání informací novým klientům, objednávání klientů do poraden, výroba „midi“ a jiné hudební doprovody, výroba a údržba kostýmů, výroba speciálních pomůcek pro děti se zdravotním postižením, pomoc při administrativě, pomoc při pořádání akcí. Některé činnosti byly již uvedeny pro ostatní dobrovolníky. Jak je vidět, nabídka pro dobrovolníky seniory je velmi pestrá. Je vidět, že organizace byly v určování nabídky činností pro dobrovolníky seniory velmi kreativní, že mají představu o dobrovolnické roli seniorů a že jsou spolupráci se seniory nakloněny. Pouze 2 organizace na tuto otázku neodpověděly.

**Graf č. 15 – Proškolení dobrovolníků**



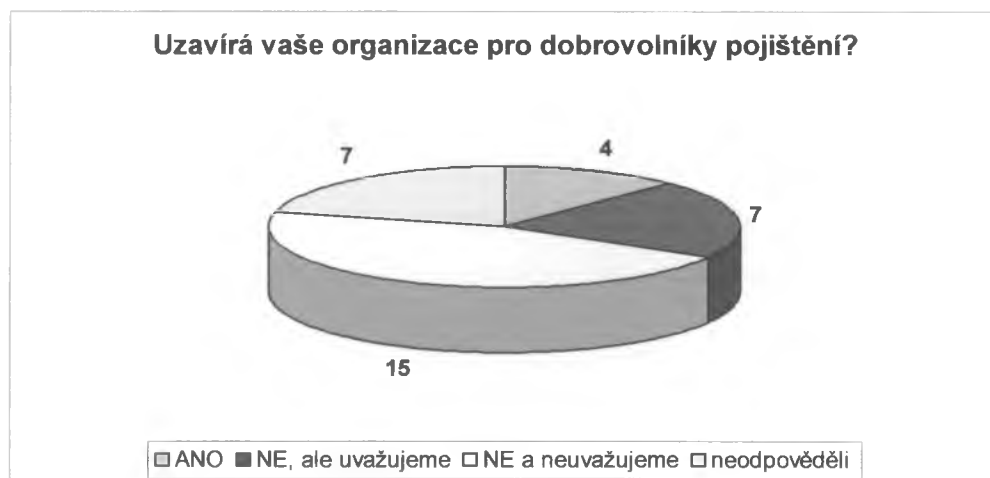
Jak je vidět, organizace mají s dobrovolnickou prací již určité zkušenosti. Z grafu je patrné, že ve většině organizací proškolení dobrovolníků probíhá (11). Stejný počet organizací ale uvedl, že proškolení dobrovolníků neprobíhá a ani v budoucnu o proškolení neuvažují. Je možné, že organizace, kde neprobíhá proškolení mohly usoudit, že pro dobrovolnickou činnost, kterou nabízejí není nutné dobrovolníky proškoloovat. V šesti organizacích proškolení neprobíhá, ale v budoucnu o proškolení uvažují. Je možné, že organizace s dobrovolníky doposud nespolupracovaly nebo spolupracovaly, ale nepovažovaly za důležité dobrovolníky školit nebo nemají na školení dobrovolníků potřebné zdroje. Pět organizací neuvedlo žádnou odpověď. Většina organizací je však proškolení dobrovolníků otevřená.

**Graf č. 16 – Dohody s dobrovolníky**



Organizace většinou dohody s dobrovolníky uzavírají, tuto skutečnost uvedlo celkem 12 organizací. Zde se opět můžeme přesvědčit, že organizace mají s dobrovolnickou prací určité zkušenosti a že spolupráce s nimi probíhá systematicky. Dohody s dobrovolníky neuzavírá 9 organizací, ale o uzavírání dohod v budoucnosti uvažují. Celkem 7 organizací neuvažuje o uzavírání dohod vůbec a 5 organizací neuvedlo žádnou odpověď. Převážná většina organizací je tedy uzavírání dohod s dobrovolníky rovněž otevřená.

**Graf č. 17 – Pojištění dobrovolníků**



Většina organizací (15) pojištění dobrovolníků neuzavírá a ani v budoucnu o uzavírání pojištění neuvažují. Celkem 7 organizací neuzavírá pojištění, ale v budoucnu o uzavírání pojištění uvažují. Stejný počet organizací neuvedl žádnou odpověď a jen 4 organizace uvedly, že pojištění dobrovolníkům zajišťují. Zde se může odrážet fakt, že pojištění dobrovolníků vyžaduje určité zdroje, proto může být pro některé organizace nákladné pojištění dobrovolníkům zajišťovat. Některým organizacím mohou chybět potřebné informace, pro některé dobrovolnické činnosti se může zdát pojištění organizacím zbytečné.

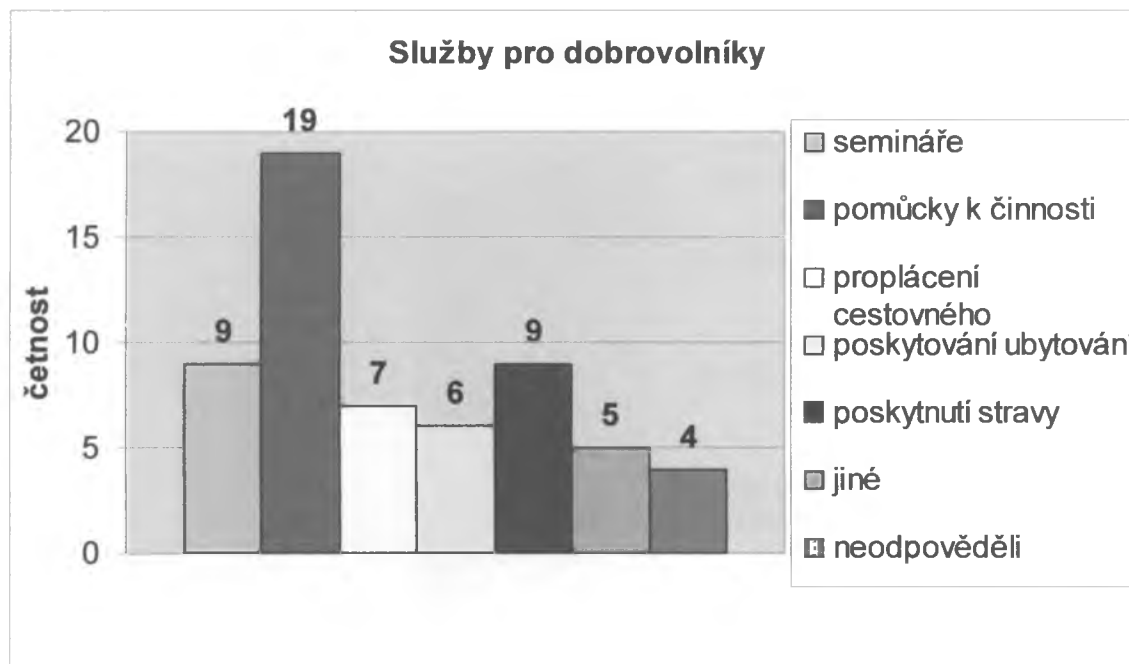
**Graf č. 18 – Supervize pro dobrovolníky**



Většina organizací, celkem 12, uvedla, že supervize dobrovolníků neprobíhá, ale uvažují o ní v budoucnosti. V 10-ti organizacích supervize neprobíhá a ani o ní neuvažují. V osmi organizacích supervize pro dobrovolníky probíhá a 3 organizace neuvedly žádnou odpověď. Zde se může podobně jako u pojištění odrážet fakt, že supervize vyžaduje určité náklady, a proto si ji většina organizací nemůže dovolit, nemají potřebné lidské zdroje, chybí jim informace nebo není pro určitý typ dobrovolnické činnosti nutná.

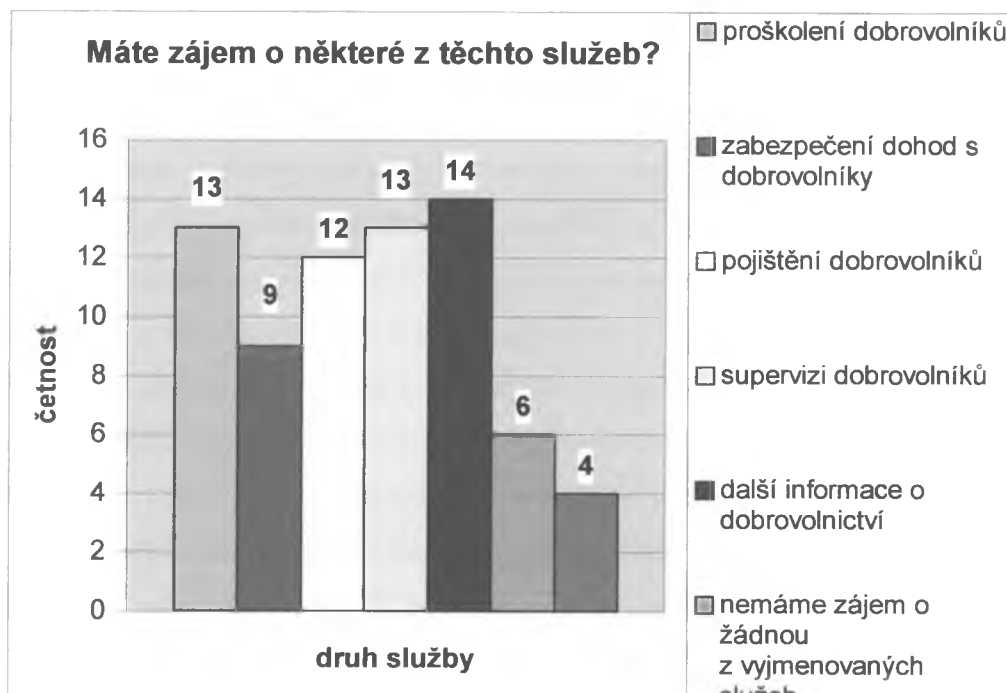


Graf č. 19 – Služby pro dobrovolníky



Nejčastěji uváděnou službou, kterou mohou organizace dobrovolníkům nabídnout jsou pomůcky k činnosti (celkem 19 organizací), semináře může nabídnout celkem 9 organizací a stejný počet organizací může nabídnout dobrovolníkům stravu. V sedmi organizacích nabízejí proplácení cestovného, v šesti případech organizace uvedly, že mohou zajistit dobrovolníkům ubytování, 5 organizací může poskytnout jiné služby. Jednalo se především o možnost zúčastnit se kulturních akcí, prostor pro setkávání dobrovolníků, možnost využití vybavení rehabilitace, příspěvek na krmení při canisterapii, možnost účastnit se projektů v zahraničí. Celkem 4 organizace nevedly žádnou odpověď.

Graf č. 20 – Zájem o zprostředkování služeb.



Nejvíce organizací (14) by mělo zájem o další informace o dobrovolnictví, dále 13 organizací projevilo zájem o proškolení dobrovolníků a supervizi dobrovolníků, 12 organizací by uvítalo zprostředkování pojištění dobrovolníků, 9 organizací by mělo zájem o zabezpečení dohod s dobrovolníky, 6 organizací nemá zájem o žádnou z vyjmenovaných služeb a 4 organizace neuvedly žádnou odpověď. Je patrné, že většina organizací by zprostředkování různých služeb uvítala. Organizace by měly zájem o všechny vyjmenované služby, což svědčí o jejich zájmu s dobrovolníky pracovat. Zde se otvírá prostor pro dobrovolnická centra nebo další organizace, které se zabývají managementem dobrovolnictví.

### 13. Diskuse

Na začátku je nutné uvést, že vzhledem k zapojení menšího vzorku organizací do výzkumu nelze zjištěné závěry příliš zobecňovat. I přes tuto skutečnost výsledky výzkumu přinesly zajímavá zjištění. Jedním z pozitivních výsledků je už samotný fakt, že organizace byly ochotné se do šetření zapojit. Jak je patrné z grafu č. 1, nejvíce organizací, které vyplnily dotazník je z řad neziskových organizací, ale ani počet státních organizací, které

vyplnily dotazník není vzhledem k vzorku zanedbatelný, počet zařízení, které mají statut církevní právnické osoby odpovídá jejich nízkému zastoupení v Libereckém regionu.

Poskytované typy činností organizací jsou velmi pestré, zastoupení velkého počtu organizací, které uvedly, že poskytují jiné typy služeb poukazuje na skutečnost, že v „Katalogu sociálních služeb Libereckého kraje“ je uvedena řada organizací, které sociální služby neposkytují (jedná se například o zařízení náhradní rodinné péče). Co se týká zastoupení cílových skupin, nejvíce byla zastoupena cílová skupina děti, dále mladiství, osoby se zdravotním postižením a senioři.

Podíváme-li se na graf č. 3, zjistíme, že dobrovolníci jsou více zapojeni v nestátních organizacích. Výzkum tedy potvrzuje hypotézu č. 1, že počet dobrovolníků v organizacích závisí na právní formě organizace, což dokládá i graf č. 4, který ukazuje, že více dobrovolníků dochází do nestátních organizací. Zdá se, že větší zkušenosti s dobrovolníky mají tedy především nestátní organizace, což potvrzují i výsledky výzkumu „Dárcovství a dobrovolnictví v České republice“, který uvádí, že nejvíce dobrovolníků (58%) působí v občanských sdruženích, dále 24% dobrovolníků pracuje pro církve, 22% dobrovolníků pro obecně prospěšné společnosti, 16% dobrovolníků pracuje v církevních zařízeních a 13% dobrovolníků v nadacích. Na obecních (městských) úřadech je to 12% dobrovolníků a 9% dobrovolníků působí ve státních organizacích (Frič a kol., 2001). Podíváme-li se na počty zapojených dobrovolníků, vidíme, že počet dobrovolníků ve státních organizacích není zanedbatelný. Ukazuje se tedy, že státní organizace zkušenosti s dobrovolníky mají.

Skutečnost, že téměř všechny organizace, které uvedly, že nemají dobrovolníky uvedla, že mají o spolupráci s nimi zájem svědčí o tom, že jsou dobrovolnické činnosti nakloněny. Zajímavá je odpověď organizace, která o spolupráci s dobrovolníky zájem nemá. Jako důvod, uvádí, že její činnost je velmi specializovaná a vyjmenovává současně požadavky, které by dobrovolník musel splňovat. Požadované nároky jsou opravdu vysoké. Obecně to ale nemusí znamenat, že by dobrovolník nemohl vykonávat činnosti, které jsou specializované. Podle Friče a kol. (2001) mohou dobrovolníci vykonávat i činnosti, které „jsou součástí programu organizace“, dobrovolníci v tomto případě mohou vykonávat práci zaměstnaných pracovníků, ale neměli by ji nahrazovat (Tošner, Sozanská, 2002).

Zkušenosti organizací, které již s dobrovolníky spolupracují jsou ve všech případech pozitivní (graf č. 6). To vysvětluje i jejich velký zájem o další dobrovolníky, který projevila naprostá většina organizací. Z organizací, které nemají zájem byly stejně zastoupeny jak neziskové, tak státní organizace. Nejednalo se ale o nezájem

o dobrovolníky jako takové, důvodem byl stanovený limitující počet dobrovolníků. Více dobrovolníků by našlo uplatnění v neziskových organizacích, což dokazuje graf. č. 7, menší počet ve státních organizacích, to může být dané i velikostí vybraného vzorku. Celkem mají organizace zájem o 101 dobrovolníků, ale jejich počty by mohly být ještě vyšší, protože některé organizace nemají stanovený horní limit dobrovolníků.

Výzkum ukazuje, že dobrovolníci působí nebo by mohli působit nejvíce v oblasti práce s dětmi, v oblasti práce s osobami se zdravotním postižením, v oblasti práce s mladistvými a dále se seniory. Pokud by byl vzorek organizací širší, možná by přibýly i jiné oblasti působení dobrovolníků. Obecně ale většina dobrovolnických programů je zaměřena především na tyto zjištěné cílové skupiny (například program Pět P, program „Pro seniory“ atd.)

U organizací, které s dobrovolníky již pracují je opět větší zájem o dobrovolníky ze strany nestátních organizací. Co se týká nezájmu s dobrovolníky spolupracovat, jsou na tom oba typy organizací stejně. Jedná se však celkem jen o 4 organizace z nichž většina odpověděla, že počet dobrovolníků je nyní dostatečný. Jen 1 organizace odpověděla, že není zájem ze strany klientů.

V současné době nejvíce dobrovolníků působí v oblasti práce s dětmi, dále v oblasti práce s osobami se zdravotním postižením, v oblasti práce s mladistvými a se seniory. Další oblast, práce s matkami s dětmi byla zastoupena o něco méně společně s jiným typem oblasti. Jednalo se často o specializovanější činnosti podle jednotlivých typů organizací, což by mohlo svědčit o tom, že organizace nevnímají dobrovolníka jen jako pomocnou sílu, ale spíše jako člověka kompetentního, který může vykonávat i odborné činnosti. Z nejzajímavějších jmenujme například výrobu speciálních pomůcek pro děti se zdravotním postižením, vedení odborných konzultací, řízení organizace, informační technologie, strategické řízení organizace, příprava semináře, pomoc při vedení besedy, distribuce letáků, mapování bariérovosti ve městech, plánování činnosti kanceláře, asistence u hiporehabilitace, organizační záležitosti, podávání informací novým klientům, objednávání klientů do poraden.

A nyní přejdeme k dobrovolníkům seniorům. Z výzkumu jednoznačně vyplývá, že většina organizací s dobrovolníky seniory nespolupracuje. V tomto případě nezáleželo na charakteru organizací (graf č. 9). Pouze 8 organizací s dobrovolníky seniory již spolupracuje a jednalo se převážně o nestátní organizace, což potvrzuje i hypotézu č. 2. Státní organizace byly zastoupeny jen menšinově. V České republice neexistuje žádný výzkum, se kterým bychom mohli data porovnat. Ale pokud vycházelo

obecně u dobrovolníků, že působí v nestátních organizacích, pravděpodobně tomu tak bude i u dobrovolníků seniorů. Z organizací, které uvedly, že u nich dobrovolníci senioři působí se jednalo o organizace pracující s dětmi a seniory. Pouze 2 státní organizace odpověděly, že seniory mají. V obou případech se jednalo o domovy důchodců, které spolupracují již delší dobu s dobrovolnickým centrem. Všechny organizace, které spolupracují s dobrovolníky seniory s nimi mají pozitivní zkušenosti, což potvrzuje i teorii, která hodnotí seniory dobrovolníky jako spolehlivé a odpovědné.

Ze všech organizací, které odpověděly, že nemají dobrovolníky seniory má o spolupráci s nimi zájem převážná většina, tj. 22 organizací. Poměr nestátních a státních organizací je v tomto případě téměř vyrovnaný. Hypotéza č. 3 se tedy nepotvrdila. Jak státní, tak nestátní organizace jsou dobrovolnické práci seniorů nakloněné. Uplatnění by v nich našlo přes 59 seniorů. Vzhledem k tomu, že některé organizace nevedly přesný počet, mohl by být počet dobrovolníků o které je zájem ještě větší.

V nejvíce případech byla seniorům dobrovolníkům nabízena práce s dětmi, osobami se zdravotním postižením, práce se seniory a o něco méně práce s mladistvými. Stejně cílové skupiny uvedly organizace i v případě ostatních dobrovolníků. Nejpotřebnější činností pro dobrovolnickou práci seniorů se ukazuje být pomoc při zajištění kulturních akcí, kterou uvedlo celkem 22 organizací. Pomoc při organizování akcí jako druhou nejčtetnější činnost, kde se dobrovolníci uplatňují uvádí také výzkum „Dárcovství a dobrovolnictví v ČR“ (Frič a kol. 2001). Další vyhledávanou činností je zajištění volnočasových aktivit. Údaje se opět shodují se zjištěním Friče a kol. (2001), který uvádí pomoc při zajištění aktivit, vedle pomoci při organizování akcí a individuální péči, na třetím místě. Tuto pomoc by uvítaly především organizace pracující s dětmi, osobami se zdravotním postižením a seniory. Dalšími potřebnými činnostmi je propagace organizace, fundraising (získávání finančních prostředků), zde projevily zájem zejména neziskové organizace a dětské domovy. Oblast administrativy byla žádána ve stejné míře jako zájem o společnost klientů. Společnost klientům byla překvapivě méně žádaná než pomoc při organizování akcí. Ve výzkumu dárcovství a dobrovolnictví se však objevuje na prvním místě v pořadí (Frič a kol., 2001). O společnost klientům byl největší zájem ze strany domovů pro seniory a dětských domovů. Další aktivitou bylo zajištění hlídání, o které měly zájem organizace pracující s dětmi – mateřská centra a dětské domovy. O doučování měly zájem především dětské domovy a také o aktivizaci klientů společně s domovy pro seniory. Osobní asistence byla žádanou rovněž u dětských domovů a organizací pracujících s osobami se zdravotním postižením. Dále organizace měly zájem o zajištění jiných

činností, které se vztahovaly především k využití *odborných zkušeností* dobrovolníků seniorů – jako například překlady textů do anglického a německého jazyka, jazykové konzultace v angličtině, němčině, francouzštině, ruštině a polštině, zajištění průvodcovských a předčitatelských služeb. Dále *zkušeností pedagogických* - hlídání dětí v herně, zajištění asistence u hiporehabilitace. *Zkušeností manuálních a organizačních* - drobnou výpomoc, výpomoc při větších organizačních akcích, pomoc při drobných opravách, pomoc při administrativě, nezávislá pomoc při zjišťování spokojenosti klientů se službami, organizační záležitosti, podávání informací novým klientům, objednávání klientů do poraden. A *zkušeností specializovaných* - výroba „midi“ a jiné hudební doprovody, výroba a údržba kostýmů, výroba speciálních pomůcek pro děti se zdravotním postižením. Některé činnosti byly již uvedeny pro ostatní dobrovolníky. Jak je vidět, nabídka pro dobrovolníky seniory je velmi pestrá, což svědčí o tom, že organizace byly v určování nabídky činností pro dobrovolníky seniory velmi kreativní, a že mají představu o tom jak využít jejich zkušeností v roli dobrovolníků.

Co se týká metodiky práce s dobrovolníky, ukazuje se, že některé organizace mají zkušenosti s proškolením dobrovolníků a uzavíráním dohod s dobrovolníky. Méně již se supervizí a dobrovolníky pojišťuje jen velmi málo z nich. Na druhou stranu velká většina organizací, které tyto služby nezajišťují se jim v budoucnu nebrání. Zde se otvírá prostor pro dobrovolnická centra nebo další organizace, které se zabývají managementem dobrovolnictví. Jak vyplývá z mapování zájmu organizací o zprostředkování služeb, nejvíce by uvítaly organizace další informace o dobrovolnické činnosti, zajištění proškolení, zprostředkování supervize a zajištění pojištění. Vysvětlením jejich zájmu mohou být náklady, které tyto služby přináší, ale také chybějící potřebné informace. Menší zájem ze strany organizací byl o zajištění dohod, které si většinou zajišťují sami. Organizace jsou schopny poskytnout dobrovolníkům také další služby. Nejčastěji se jedná o pomůcky k činnosti, semináře a poskytnutí stravy, méně už ubytování a jiné služby, ale zase se jedná o služby, které by mohly být pro dobrovolníky atraktivní. Co se týká organizace a průběhu výzkumu, v mnoha případech se ukazuje, že by bylo přínosnější zvolit jako metodu sběru dat osobní rozhovory se zástupci organizací. Vzhledem k původní předpokládané velikosti vzorku byla zvolena metoda dotazníkového šetření, která je časově méně náročnější.

## ZÁVĚR

Žijeme ve světě, který stárne. Proces stárnutí se týká každého z nás. Určit kdy je člověk starý, je velmi obtížné. Existují různé definice, které stáří vytyčují, ale ne každý člověk, který je „starý“ podle určitého vymezení se starým skutečně cítí. Období stáří má své přínosy, ale také ztráty. Důležitým momentem v životě je období, kdy člověk přestává pracovat. Vyrovnávání se s touto situací je velmi individuální. Záleží na tom, jak je člověk připravený, zda má určitý náhradní program, který by nyní vyplňoval jeho podstatně delší volný čas. Společnost si začíná uvědomovat význam tohoto období, a proto v poslední době vzniká řada programů, které podporují aktivitu ve stáří, účast starších lidí na životě ve společnosti s důrazem na využití jejich životních a pracovních zkušeností. Jednou z uváděných forem je i zapojení starších lidí do dobrovolnické činnosti.

Dobrovolnická činnost má mnoho podob. Často může probíhat na neformální rovině, mnohdy je ale nutné ji určitým způsobem organizovat. Je zapotřebí, aby organizace, které se rozhodly s dobrovolníky pracovat, měly vytvořeny příznivé podmínky a věděly, proč dobrovolníky chtějí, a také co jim mohou nabídnout. Dobrovolníky mohou být lidé všech věkových skupin a jejich motivy bývají různé. Senioři tvoří přitom nezanedbatelnou část. Dobrovolnictví seniorů má určitá specifika, proto je zapotřebí, aby organizace věděla nejen jak pracovat s dobrovolníky, ale také se zabývala aspekty práce se staršími lidmi. V České republice neexistuje doposud mnoho publikací, které by se touto problematikou zabývaly v ucelené podobě. Jednotliví autoři zmiňují dobrovolnictví seniorů jako jednu z možných forem druhého životního programu. Senioři jsou přitom zapojeni v řadě organizací, ale jejich činnost není dostatečně zmapována. V zahraničí i v České republice existuje řada organizací, které s dobrovolníky seniory pracují a také mnoho projektů. Tato práce seznamuje čtenáře s některými z nich, aby si vytvořili konkrétnější představu o tom, jaké může mít dobrovolnictví seniorů podoby a formy.

Praktická část se zaměřila na vyhledání organizací sociálně - zdravotního zaměření, které by měly zájem o zapojení dobrovolníků seniorů a zjištění konkrétních možností uplatnění dobrovolníků seniorů v Libereckém kraji. Z výzkumu jednoznačně vyplývá, že organizace jsou dobrovolnické práci seniorů nakloněny a nabízejí široké možnosti uplatnění. Na základě sebraných informací byla sestavena informační brožura s možnostmi uplatnění seniorů dobrovolníků ve vybraných organizacích v Libereckém kraji, která bude umístěna v různých organizacích a sloužit zájemcům o dobrovolnickou činnost z řad seniorů

Přínos této práce spatřuji ve shromáždění teoretických informací o problematice stárnutí a stáří, ale také v představení různých možností zapojení dobrovolníků seniorů v České republice i v zahraničí a zejména v praktickém uplatnění jejich výstupů, které mohou být podnětem pro vytvoření širší koncepce dobrovolnické činnosti seniorů i v dalších regionech České republiky. Do budoucna vidím příležitost práci rozšířit o podrobnější praktické zkušenosti organizací se zapojováním dobrovolníků seniorů v České republice a v zahraničí.



## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:

Brendgens, U., Brauns, J. Volunteering among senior citizens. In Volunteering in Germany. Results of the 1999 Representative Survey on Volunteering and Civic Engagement. Munich: Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth, Robert Bosch Foundation, 2000, s. 131-132.

Bromley, D. B. Psychológia ľudského starnutia. In Haškovcová, H. Fenomén stáří. 1. vyd. Praha: Pyramida, 1989, ISBN 80-7038-158-2, s. 114.

Butler, R. N. Ageism: a foreward. In Vidovičová, L., Rabušic, L. Věková diskriminace – ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh. Praha - výzkumné centrum Brno: VÚPSV, 2005, s. 5.

Česká správa sociálního zabezpečení. [cit. 20.3. 2007] Dostupné z:  
[http://www.cssz.cz/evropska\\_unie/duchodovy\\_vek\\_eu.asp](http://www.cssz.cz/evropska_unie/duchodovy_vek_eu.asp)

Česká správa sociálního zabezpečení. [cit. 20.3. 2007] Dostupné z:  
[http://www.cssz.cz/duchodove/davky\\_duch\\_pojisteni.asp](http://www.cssz.cz/duchodove/davky_duch_pojisteni.asp)

Dessaintová, M.P. Nezačínajte stárnout.1.vyd. Praha: Portál, 1999, ISBN 80-7178-255-6, s.12.

Dingle, A. Working with Older Volunteers. A practical guide. London: ACE, 1993, ISBN-0 86242-143-8.

Doskočilová, K., Fajtl, J., Klailová, J. Švestková, R. Zmapování a analýza potřebnosti dobrovolnické práce v zařízeních sociální a zdravotní péče v Jihočeském kraji, proškolení dobrovolníků a jejich nasazení na cílová pracoviště podle potřebnosti, České Budějovice, 2002 [online] , [cit.12.2. 2007].

Dostupné z: [http://www.kraj-jihocesky.cz/index.php?par\[id\\_v\]=340&par\[lang\]=CS](http://www.kraj-jihocesky.cz/index.php?par[id_v]=340&par[lang]=CS)

Erfahrungswissen für Initiativen. Bundesmodellprogramm. In Newsletter, Nr. 7, September, Köln: ISAB- Istitut für socialwisseschaftliche Analysen und Beratung, 2005.

Frankl, V.E.: Vůle ke smyslu. 2. vyd. Brno: Cesta, 1997, ISBN 80-85139-63-2, s. 19.

Frič a kol. Dárcovství a dobrovolnictví v České republice. Výsledky výzkumu NROS a AGNES. 1.vyd. Praha:AGNES a NROS, 2001, ISBN 80-902633-7-2.

Giddens, A. Sociologie. 1.vyd. Praha: Argo, 1999, ISBN 80-7203-124-4.

Govaart, M. M., Van Dall H.J., Münz, A., Keesom, J.(Eds.) Volunteering worldwide. Amsterdam: Netherlands Institute of Care and Welfare, 2001, ISBN 90-5050-832-4.

Hanzlíková, P. Smysl života seniorů: možnosti využití logoterapeutického přístupu při práci se seniory. Postupová práce. Filozofická fakulta Univerzity Karlovy v Praze, Katedra sociální práce, Praha 2006.

Hamilton, S. Psychologie stárnutí. 1.vyd. Praha: Portál, 1999, ISBN 80-7178-274-2.

Haškovcová, H. Fenomén stáří. 1. vyd. Praha: Pyramida, 1989, ISBN 80-7038-158-2.

Haškovcová, H. České ošetřovatelství 10. Manuálek sociální gerontologie. Ediční řada - Praktická příručka pro sestry. 1. vydání. Brno: Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů v Brně, 2004.

Hayflick, L. Jak a proč stárneme. 1.vyd. Praha: Columbus, 1994, ISBN 80-7176-536-8.

Horsáková Barbora, ústní sdělení, Život 90, Praha, 10.4. 2007.

Chown, S.M. Easing the Restrictions of Ageing. In Haškovcová, H. Fenomén stáří. 1. vyd. Praha: Pyramida, 1989, ISBN 80-7038-158-2, s. 50.

Informační materiály centra celoživotního vzdělávání, Praha, 2005.

Informační materiály AGIR abcd, 2005.

Janečková, H. Sociální práce se starými lidmi. In Matoušek, O., Kolářková, J., Kodymová, P. (eds.). Sociální práce v praxi. Specifika různých cílových skupin a práce s nimi. 1.vyd. Praha: Portál, 2005, ISBN s. 175.

Kalvach, Z. a kol. Úvod do geriatric a gerontologie. Integrovaný text pro interdisciplinární studium. I.díl Gerontologie obecná a aplikovaná. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova, Karolinum, 1997, ISBN 80-7184-366-0.

Kalvach, Z. Seniorská politika a nadace. In Grantis 1/2005, roč. XIII, s. 5.

Kalvach, Z., Hrabětová, E. Senior a já...já a senior?. Společnost přátelská všem generacím, 2005

Kalvach, Z. Úspěšné stárnutí a aktivní stáří. Leták Praha: SZÚ, 2004, s. 7.

Kalvach, Z. , Zadák, Z., Jiráček, R., Závazalová, H., Sucharda P. a kol. Gerontologie a geriatric. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004, ISBN 80-247-0548-6.

Katalog sociálních služeb Libereckého kraje. Liberec: Liberecký kraj resort sociálních věcí, bezpečnosti a problematiky menšin, 2006, aktualizované vydání.

Kliment, P. Specifika vývojových úkolů v seniorském věku. In Sýkorová, Chytil (Eds.). Autonomie ve stáří. Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004, ISBN 80-7326-026-3, s. 242.

Kořínková, I. Fáze zavádění dobrovolnického programu do zdravotnického zařízení. In Kořínková, I., Tošner, J., Zemanová. Praktický průvodce programem dobrovolníci v nemocnici, Národní dobrovolnické centrum HESTIA, aktualizace 2005, nečíslováno.

Kubů, H. Do důchodu beze strachu. Stáří je přírodní úkaz, který čeká každého, když se ho dožije. In Grantis, č.2/2005, roč. VIII, s. 9.

Lehr, U. Intervengerontologie. In Haškovcová, H. Fenomén stáří. 1. vyd. Praha: Pyramida, 1989, ISBN 80-7038-158-2, s.48.

Lehr, U. Evropa 21. století – demografické změny jako výzva a šance pro jednotlivce i pro společnost. Příspěvek na semináři semináři „Efektivní nástroje ke zvýšení soběstačnosti a prodloužení nezávislosti seniorské populace“, EURAG – Centrum pro trénování paměti. Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging, Praha 27-2.11. 2006.

Matýsková, D. Vzdělávací aktivity v seniorském věku. In Sýkorová, Chytil (Eds.). Autonomie ve stáří. Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004, ISBN 80-7326-026-3, s.254-259.

Matulayová, T. Osamelost' v kontexte sociálnej práce. In Sýkorová, Chytil (Eds.). Autonomie ve stáří. Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004, ISBN 80-7326-026-3, s. 231.

Mezinárodní akční plán k problematice stárnutí, 1982. [cit. 5.4. 2007]. Dostupný z: <http://www.seniori.org/DesktopDefault.aspx?tabid=50&ItemID=143&mod=282>

Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí, 2002. [cit.5.4. 2007 ]. Dostupný z: <http://www.seniori.org/DesktopDefault.aspx?tabid=50&ItemID=149&mod=282>.

Nakonečný, M. Encyklopedie obecné psychologie. 2.vyd. Praha: Avicenum, 1997, ISBN 80-200-0625-7.

Národní program přípravy na stárnutí na období let (2003-2007). [cit.5.4. 2007]. Dostupný z: <http://www.mpsv.cz/cs/1057>

Neugarten, B. L. Adult Personality. Human Developement. In Kalvach, Z., Zadák, Z., Jirák, R., Zavázalová, H., Sucharda P. a kol. Gerontologie a geriatricie.1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004, ISBN 80-247-0548-6, s. 47.

Obdivuhodní senioři. Průvodce projektem. Průzkum na téma Senioři ve společnosti. Výstup z projektu „Obdivuhodní senioři“ podpořeného Nadací rozvoje občanské společnosti z programu Phare 2002, Dobrovolnické centrum, o.s., Ústí nad Labem, 2005.

Pacovský, V a kol.. Gerontologické minimum. Praha: Institut pro další vzdělávání lékařů a farmaceutů v Praze, 1988.

Pacovský, V. Proti věku není léku. Úvahy o stárnutí a stáří. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997, ISBN 80-7184-486-1.

Palmore, E.B. Ageism: Negative and Positive. In Vidovičová, L., Rabušic, L.: Věková diskriminace – ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh. Praha - výzkumné centrum Brno: VÚPSV, 2005, s. 5.

Pavlík, Z., Kučera, M. (eds.) Populační vývoj České republiky 2000. In Kalvach, Z., Zadák, Z., Jiráček, R., Zavázalová, H., Sucharda a kol. Gerontologie a geriatry. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004, ISBN 80-247-0548-6, s. 59

Pichaud, C., Thareauová, I. Soužití se staršími lidmi. 1. vyd. Praha: Portál, 1998, ISBN 80-7178-184-3.

Průvodce dobrovolnictvím pro neziskové organizace. výstup projektu „Zvýšení profesionality nevládních neziskových organizací v oblasti dobrovolnictví“ podpořeného Nadací rozvoje občanské společnosti z programu PHARE 2000, Národní dobrovolnické centrum HESTIA, Praha, 2003.

Příhodová, A. Autonomie seniorů pohledem sociálních pracovníků. In Sýkorová, D., Chytil, O. (Eds.). Autonomie ve stáří Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004. ISBN 80-7326-026-3, s. 84.

Ptáčková, K. Dobrovolnictví jako forma druhého životního programu. Bakalářská práce na Fakultě sociálních věd Univerzity Karlovy, Praha 2002.

Rabušic, L. Česká společnost stárne. 1.vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, Georgetown, 1995, ISBN 80-210-1155-6.

Rabušic, L O postavení seniorů v české společnosti: nemoc, osamělost, chudoba? In Petřková, A. (Ed.). Aktuální problémy vzdělávání seniorů. Olomouc: VUP, 1999, s.17.

Reid, E. Demografické změny v 21. století. příspěvek na semináři „Efektivní nástroje ke zvýšení soběstačnosti a prodloužení nezávislosti seniorské populace“, EURAG – Centrum pro trénování paměti. Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging, Praha 27-2.11. 2006.

Rheinwaldová, E. Novodobá péče o seniory.1.vyd. Praha: Grada, 1999, ISBN 80-7169-828-8.

Ries, J.F. Aging Well. A guide for Successful Seniors. In . In Sýkorová, D., Chytil, O. (Eds.). Autonomie ve stáří Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004. ISBN 80-7326-026-3, s. 76).

Říčan, P. Cesta životem. 1.vyd. Praha: Panorama, 1990, ISBN 80-7038-078-0.

Senior, o.s.[cit.15.3. 2007 ]. Dostupné z:

[http://www.seniorcentrum.cz/new\\_www/seniorcentrum.php?parent\\_id=21&pobocka=UST1](http://www.seniorcentrum.cz/new_www/seniorcentrum.php?parent_id=21&pobocka=UST1)

Seniorservis, [cit.14.4. 2007].

Dostupné z: <http://sweb.cz/seniorservis/dobrovolnici/dobro.htm>

Situace seniorů České republiky na přelomu tisíciletí. Sborník referátů a diskusních příspěvků ze semináře: Svaz důchodců České republiky, 1999, s. 2

Stárnutí po česku.konference, 29.-30. 9. 2004, Praha , [cit.15.3.2007]. Dostupné z: <http://www.helcom.cz/view.php?cisloclanku=2005040110>

Sue Ryder, [cit. 15.4. 2007]. Dostupné z: <http://www.sue-ryder.cz>.

Swan a kol. Involuntary retirement. In Hamilton, S. Psychologie stárnutí. 1.vyd. Praha: Portál, 1999, ISBN 80-7178-274-2, s.163.

Sýkorová, D., Chytil, O. (Eds.). Autonomie ve stáří Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004. ISBN 80-7326-026-3.

Šiklová, J. „Hrozba nebo splněný sen lidstva?!“. In Elán plus, roč. 1, č.1/2006, s. 2-3.

Šimek, D. Nová sociální a profesní rizika v zaměstnání. In Sýkorová, D., Chytil, O. (Eds.). Autonomie ve stáří Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004.ISBN 80-7326-026-3), s. 53- 57.

Šmausová, G. Věková struktura společnosti. In Sýkorová, D., Chytil, O. (Eds.). Autonomie ve stáří Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004. ISBN 80-7326-026-3, s.18.

Štílec, M. Program aktivního stylu života pro seniory. 1.vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-920-8.

Thiele, G. „Aspekty stárnutí z pohledu sociální pedagogiky. Modely úspěšného stárnutí a přístupu společnosti ke stárnoucím lidem“. přednáška v rámci workshopu „Komunikační kompetence v dobrovolné péči se seniory“, 7.-9. 3. 2007, Seifhennersdorf.

Tošner, J. Zákon o dobrovolnické službě, akreditace dobrovolnických programů, smlouvy a pojištění dobrovolníků. In Kořínková, I., Tošner, J., Zemanová, B. Praktický průvodce programem dobrovolníci v nemocnici. Praha: Národní dobrovolnické centrum HESTIA, FN Motol, aktualizace 2005.

Tošner, J., Sozanská, O. Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích.1. vyd. Praha: Portál, 2002, ISBN 80-7178-514-8.

Tošner, J., Sozanská, O., Jiránek, R. a kol. Metodika integrace dobrovolnictví v zařízeních pro seniory. Praha: Národní dobrovolnické centrum HESTIA, 2005.

Tošnerová, T. Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří. Ambulance pro poruchy paměti. Praha: Ústav lékařské etiky 3 LF UK a FNKV Praha 10, 2002. [cit.15.3. 2007].

Dostupné z:

<http://www.pecujici.cz/priruckyonline.shtml?x=197775>

Traxler, A.J. Let's get gerontologized: Developing a sensitivity to ageing, the multipurpose senior centre concept: In Tošnerová, T. Ageismus: Průvodce stereotypy a mýty o stáří. Ambulance pro poruchy paměti. 2002. [cit. 15.3. 2007]. Dostupné z: <http://www.pecujici.cz/priruckyonline.shtml?x=197775>

Valoušek, J. Dobrovolnická služba. Diplomová práce. Právnická fakulta, Masarykova univerzita v Brně. Katedra správní vědy, správního práva a finančního práva, Brno 2004.

Van Hal T., Meijs, L., Steenbergen, M. Volunteering and participation on the agenda. Survey on volunteering policies and partnerships in European Union. Utrecht: CIVIQUE, 2004, ISBN 90-72934-69-5.

Vidovičová, L. Autonomie a věková diskriminace: ohrožení nebo výzva? In Sýkorová, D., Chytil, O. (Eds.). Autonomie ve stáří Strategie jejího zachování. 1.vyd. Ostrava, Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004. ISBN 80-7326-026-3, s. 61.

Vidovičová, L., Rabušic, L.: Věková diskriminace – ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh. Praha - výzkumné centrum Brno: VÚPSV, 2005, s. 15.

Volunteering in Germany. Results of the 1999 Representative Survey on Volunteering and Civic Engagement. Munich: Federal Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women and Youth, Robert Bosch Foundation, 2000.

Vostrovská, H. Sociálně aktivizační programy pro klienty pečovatelské služby (několik v praxi ověřených návodů k aktivní práci se staršími občany), Praha: SZÚ, 1998. ISBN 80-7071-093-4.

Výpočet starobního důchodu. [cit. 20.3. 2007]. Dostupné z: <http://www.mesec.cz/texty/vypocet-starobniho- Duchodu-pro-rok-2007>

Výroční zpráva Život 90 za rok 2005, Praha.



Wilken et al. A qualitative analysis of factors related to late life independence as related by the old-old and viewed through the concept of locus of control. In Sýkorová, D., Chytil, O. (Eds.). *Autonomie ve stáří Strategie jejího zachování*. 1.vyd. Ostrava: Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity, 2004. ISBN 80-7326-026-3.

Young, M., Schuller, T. Life after work – the arrival of the ageless society 1991. In Kalvach, Z. , Zadák, Z., Jiráček, R., Zavázalová, H., Sucharda P. a kol. *Gerontologie a geriatrie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004, ISBN 80-247-0548-6, s. 47.

Zákon č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů.

Zákon š. 108/2006 Sb. o sociálních službách

Zavázalová, H. a kol. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 2001, ISBN 80-246-0326-8.

Zemanová, B. Typy dobrovolnických činností. In Kořínková, I., Tošner, J., Zemanová, B., *Praktický průvodce programem dobrovolníci v nemocnici, Národní dobrovolnické centrum HESTIA, FN Motol, aktualizace 2005*.

Zvoníková, A. Senioři a problematika stárnutí populace. In *Sociální politika*, roč. 27, č. 11/2001, s. 3-4.

## **SEZNAM PŘÍLOH:**

**Příloha č. 1 – Dotazník – Možnosti uplatnění seniorů dobrovolníků  
v Libereckém kraji**

**Příloha č. 2 – Informační brožura - Možnosti uplatnění seniorů dobrovolníků  
v Libereckém kraji**

## MOŽNOSTI UPLATNĚNÍ SENIORŮ DOBROVOLNÍKŮ V LIBERECKÉM KRAJI

Vážená paní, vážený pane,

do rukou se Vám dostává dotazník, jehož cílem je získat informace o možnostech zapojení seniorů jako dobrovolníků v organizacích sociálního a zdravotního zaměření působících v Libereckém kraji.

Obracím se na Vás jako na představitele těchto organizací s cílem vyhledat možnosti pro uplatnění seniorů dobrovolníků.

Údaje z dotazníku budou použity pro účely diplomové práce na katedře Sociální práce FF UK na téma: „*Dobrovolnictví seniorů jako cesta k aktivnímu stáří. Možnosti uplatnění seniorů jako dobrovolníků v Libereckém kraji*“. Ze zpracovaných údajů bude sestavena informační brožura s možnostmi uplatnění seniorů jako dobrovolníků, která bude sloužit seniorům a bude umístěna ve vybraných organizacích v Libereckém kraji, kde se senioři sdružují. Údaje o Vaší organizaci budou v brožuře k dispozici pouze s Vaším souhlasem, pokud nebudete s uveřejněním údajů souhlasit, uveďte prosím tuto informaci v e-mailové zprávě nebo písemně. V případě Vašeho zájmu Vám budou poskytnuty výsledky výzkumu.

Hlavním cílem této diplomové práce je zapojit seniory do dobrovolnické činnosti v rámci různých organizací sociálního a zdravotního zaměření v Libereckém kraji. Prostřednictvím této činnosti poskytnout seniorům příležitost k aktivnímu trávení volného času, umožnit jim uplatnit a udržet jejich profesní a životní zkušenosti, aktivní účast na společenském životě, příležitost k navázání nových kontaktů a podpořit tak jejich začlenění do společnosti.

Za *seniora* považujeme pro účely této diplomové práce osobu, která je starší 65 let (definice WHO).

*Dobrovolníkem* je: „člověk, který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti“ (Tošner, Sozanská, 2002, s. 35).

**Vyplněný dotazník zašlete prosím nejpozději do 26. března na adresu [khodinkova@centrum.cz](mailto:khodinkova@centrum.cz), (další informace - Mobil: 739 090 401)**

**Předem Vám děkuji za Vaši pomoc a za Váš čas.**

---

### DOTAZNÍK

#### Informace o organizaci

1. Název organizace:
2. Právní forma organizace/typ právní subjektivity (označte prosím vybranou odpověď tučně):
  - a) státní organizace  
zřizovatel:
  - b) nestátní nezisková organizace  
 občanské sdružení    obecně prospěšná společnost    nadace    nadační fond  
 církevní právnická osoba
  - d) jiná forma:
3. Adresa:
4. Statutární zástupce:
5. Kontaktní osoba:
6. Telefon:
7. Fax:
8. e-mail:
9. www

10. Činnost organizace (vyberte prosím některé z následujících typů sociálních služeb dle zákona č.108/2006 Sb. o sociálních službách. Pokud Vaše organizace neposkytuje sociální služby dle příslušného zákona, uveďte prosím jiný typ služby):

- |                                                                           |                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 1. sociální poradenství                                                   | 19. tlumočnické služby                                             |
| 2. osobní asistence                                                       | 20. azylové domy                                                   |
| 3. pečovatelská služba                                                    | 21. domy na půl cesty                                              |
| 4. tísňová péče                                                           | 22. kontaktní centra                                               |
| 5. průvodcovské a předčitatelské služby                                   | 23. krizová pomoc                                                  |
| 6. podpora samostatného bydlení                                           | 24. nízkoprahová denní centra                                      |
| 7. odlehčovací služby                                                     | 25. nízkoprahová zařízení pro děti a mládež                        |
| 8. centra denních služeb                                                  | 26. noclehárny                                                     |
| 9. denní stacionáře                                                       | 27. služby následné péče                                           |
| 10. týdenní stacionáře                                                    | 28. sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi                 |
| 11. domovy pro osoby se zdravotním postižením                             | 29. sociálně aktivizační služby pro osoby se zdravotním postižením |
| 12. domovy pro seniory                                                    | 30. sociálně terapeutické dílny                                    |
| 13. domovy se zvláštním režimem                                           | 31. terapeutické komunity                                          |
| 14. chráněné bydlení                                                      | 32. sociální rehabilitace                                          |
| 15. sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních ústavní péče | 33. jiný typ (prosím doplňte).....                                 |
| 16. raná péče                                                             | .....                                                              |
| 17. telefonická krizová pomoc                                             | .....                                                              |
| 18. terénní programy                                                      | .....                                                              |

11. Cílové skupiny organizace (označte prosím vybrané odpovědi tučně):

- a) práce s dětmi
- b) práce s mladistvými
- c) práce s dospělými
- d) práce se seniory
- e) práce s osobami se zdravotním postižením ( tělesným, mentálním, smyslovým)
- f) práce s osobami s duševním onemocněním
- g) práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence
- h) práce s osobami bez přístřeší
- ch) práce s nezaměstnanými
- i) práce s matkami na mateřské dovolené
- j) práce s romskou menšinou
- k) práce s lidmi ohroženými drogou
- l) práce s cizinci
- m) jiná oblast (prosím doplňte).....

### Dobrovolníci

12. Docházejí dobrovolníci do Vaší organizace ?

- a) ano, uveďte prosím počet.....
- b) ne

Pokud odpovíte ano, pokračujte otázkou č.14

13. V případě že dobrovolníci do Vaší organizace nedocházejí, máte o spolupráci s nimi zájem?

a) ano, uveďte prosím přibližný počet.....

b) ne, můžete prosím uvést důvody? .....

.....

.....

.....

Pokud odpovíte ano, pokračujte otázkou č. 16. Pokud odpovíte ne, další otázky již vyplňovat nemusíte.

14. Pokud dobrovolníci do Vaší organizace docházejí, uveďte prosím jaké máte s nimi zkušenosti:

a) spíše pozitivní

b) spíše negativní

15. V případě že dobrovolníci do Vaší organizace docházejí, máte zájem ještě o další dobrovolníky?

a) ano, uveďte prosím přibližný počet.....

b) ne, můžete prosím uvést proč.....

.....

16. V jaké oblasti působí dobrovolníci ve Vaší organizaci, případně v jaké oblasti by mohli působit? (označte prosím tučně všechny vhodné možnosti):

a) práce s dětmi

b) práce s mladistvými

c) práce s dospělými

d) práce se seniory

e) práce s osobami se zdravotním postižením ( tělesným, mentálním, smyslovým)

f) práce s osobami s duševním onemocněním

g) práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence

h) práce s osobami bez přístřeší

ch) práce s nezaměstnanými

i) práce s matkami na mateřské dovolené

j) práce s romskou menšinou

k) práce s lidmi ohroženými drogou

l) práce s cizinci

m) v jiné oblasti (prosím doplňte).....

.....

### Dobrovolníci senioři

17. Jsou mezi Vašimi dobrovolníky i senioři?

a) ano, uveďte prosím počet.....

b) ne

Pokud odpovíte ano, pokračujte otázkou č. 19.

18. Pokud dobrovolníky seniory nemáte, máte o spolupráci s nimi zájem?

- a) ano, uveďte prosím přibližný počet.....
- b) ne, můžete prosím uvést důvody.....  
.....

Pokud odpovíte ano, pokračujte otázkou č. 21.

19. V případě, že do Vaší organizace dobrovolníci senioři docházejí, uveďte prosím jaké máte s nimi zkušenosti:

- a) spíše pozitivní
- b) spíše negativní

20. Pokud dobrovolníci senioři do Vaší organizace docházejí, máte zájem ještě o další dobrovolníky seniory?

- a) ano, uveďte prosím přibližný počet.....
- b) ne

21. Pro jakou cílovou skupinu byste uvítali pomoc dobrovolníků seniorů případně s jakou cílovou skupinou dobrovolníci senioři ve Vaší organizaci pracují? (označte prosím tučně všechny vhodné možnosti):

- a) práce s dětmi
- b) práce s mladistvými
- c) práce s dospělými
- d) práce se seniory
- e) práce s osobami se zdravotním postižením ( tělesným, mentálním, smyslovým)
- f) práce s osobami s duševním onemocněním
- g) práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence
- h) práce s osobami bez přístřeší
- ch) práce s nezaměstnanými
- i) práce s matkami na mateřské dovolené
- j) práce s romskou menšinou
- k) práce s lidmi ohroženými drogou
- l) práce s cizinci
- m) jinou (prosím doplňte).....  
.....

22. Jaké činnosti dobrovolníkům seniorům nabízíte, případně můžete nabídnout?

(označte prosím tučně všechny vhodné možnosti):

- a) zajištění volnočasových aktivit pro klienty
- b) doučování
- c) hlídání dětí
- d) osobní asistence
- e) aktivizace klientů
- f) společnost klientům
- g) pomoc při zajištění kulturních akcí
- h) propagace organizace
- ch) administrativa
- i) fundraising (pomoc při získávání finančních prostředků)
- k) jiné (prosím doplňte).....  
.....

## Metodika

23. Probíhá ve Vaší organizaci pro dobrovolníky proškolení?
- ano probíhá
  - ne neprobíhá, ale v budoucnu uvažujeme o proškolení
  - ne neprobíhá a ani v budoucnu neuvažujeme o proškolení
24. Uzavírá Vaše organizace s dobrovolníky dohody o spolupráci?
- ano uzavírá
  - ne neuzavírá, ale v budoucnu uvažujeme o uzavírání dohod o spolupráci
  - ne neuzavírá a ani v budoucnu neuvažujeme o uzavírání dohod o spolupráci
25. Uzavírá Vaše organizace pro dobrovolníky pojištění?
- ano uzavírá
  - ne neuzavírá, ale v budoucnu uvažujeme o uzavírání pojištění
  - ne neuzavírá a ani v budoucnu neuvažujeme o uzavírání pojištění
26. Probíhá ve Vaší organizaci pro dobrovolníky supervize ?
- ano probíhá
  - ne neprobíhá, ale v budoucnu uvažujeme o supervizi
  - ne neprobíhá a ani v budoucnu neuvažujeme o supervizi
27. Můžete dobrovolníkům nabídnout některé z následujících služeb?(označte prosím tučně všechny vhodné možnosti):
- semináře
  - pomůcky k činnosti
  - proplácení cestovného
  - poskytování ubytování
  - poskytnutí stravy
  - jiné (prosím doplňte).....
- .....
- .....
28. Má Vaše organizace zájem, aby jí případně byly některé ze služeb zprostředkovány?  
(prosím označte tučně které):
- proškolení dobrovolníků
  - zabezpečení dohod s dobrovolníky
  - pojištění dobrovolníků
  - supervizi dobrovolníků
  - další informace o dobrovolnictví
  - nemáme zájem o žádnou z vyjmenovaných služeb

**Děkuji Vám za Váš čas a za vyplnění tohoto dotazníku.**

**MOŽNOSTI UPLATNĚNÍ SENIORŮ DOBROVOLNÍKŮ VE VYBRANÝCH  
ORGANIZACÍCH V LIBERECKÉM KRAJI**

**Informační brožura**



**Název organizace:** CENTRUM AMBULANTNÍCH SLUŽEB O.S. ADVAITA

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** Rumunská 14/6, 460 01 Liberec,

**Statutární zástupce:** MUDr. David Adameček

**Kontaktní osoba:** Bc. Petra Hronová

**Telefon:** 482 750 607

**Fax:** 482 750 607

**e-mail:** cas@advaitaliberec.cz

**www.advaitaliberec.cz**

**Činnost organizace:** sociální poradenství

**Cílové skupiny organizace:** práce s dětmi, práce s dospělými, práce s lidmi mající problém s nealkoholovými drogami, s alkoholem a gamblerstvím.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 2

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci působit:** práce s dospělými, práce s lidmi ohroženými drogou.

**Jaké činnosti dobrovolníkům seniorům mohou nabídnout :** zajištění volnočasových, aktivit pro klienty, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, administrativa, fundraising.

---

**Název organizace:** CENTRUM KAŠPAR, O.S.

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** Kašparova 73, 463 12 Liberec 25

**Statutární zástupce:** Ing. Lenka Kosková-Třísková

**Kontaktní osoba:** Věra Duschková

**Telefon:** 485 146 871

**Fax:** 485 146 871

**e-mail:** vera.duschkova@centrum-kaspar.cz

**www.centrum-kaspar.cz**

**Činnost organizace:** sociální poradenství, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, rekvalifikační kurzy ICT a účetnictví a poradenská činnost v oblasti hledání zaměstnání pro rodiče pečující o malé děti.

**Cílové skupiny :** práce s dětmi, práce s dospělými, práce s nezaměstnanými, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů: 2**

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s dospělými, práce s nezaměstnanými, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, doučování , hlídání dětí, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, administrativa, fundraising.

---

**Název organizace:** CENTRUM PRO RODINU NÁRUČ TURNOV O.S

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** SVČDM Žlutá ponorka, Husova 77, 51101 Turnov

**Statutární zástupce:** Mgr. Petra Houšková

**Kontaktní osoba:** Mgr. Petra Houšková

**Telefon:** 775964313

**e-mail:** naruc.turnov@seznam.cz

**www.naruc.cz**

**Činnost organizace:** sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi.

**Cílová skupina organizace:** práce s matkami na mateřské dovolené, práce s dospělými, práce s dětmi.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů: 2**

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s matkami na mateřské dovolené, práce s dospělými, práce s dětmi.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty), hlídání dětí, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, fundraising.

---

**Název organizace:** DOMOV DŮCHODCŮ LIBEREC – FRANTIŠKOV, P.O.

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** Domažlická 880/8, 460 10 Liberec 30

**Statutární zástupce:** Bc. Ilona Holková, ředitelka

**Kontaktní osoba:** Bc. Ilona Holková

**Telefon:** 482 362 382

**Fax:** 482 362 388

**e-mail:** ddfrantiskov@ddfrantiskov.cz

**www.** ddfrantiskov.cz

**Činnost organizace:** domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem.

**Cílové skupiny:** práce se seniory, práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 5.

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce se seniory

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:**

zajištění volnočasových aktivit pro klienty, nezávislá pomoc při zjišťování spokojenosti klientů se službami.

---

**Název organizace:** DĚTSKÝ DOMOV, ZÁKLADNÍ ŠKOLA A MATEŘSKÁ ŠKOLA  
KROMPACH

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** 471 57 Krompach 47

**Statutární zástupce:** Mgr. Regina Stiblíková

**Telefon:** 487 754 138

**Fax:** 487 754 138

**e-mail:** ddkrompach@quick.cz

**Činnost organizace:** péče o děti s nařízenou ústavní výchovou, základní škola.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů: 2**

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mladistvými.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** administrativa.

---

**Název organizace:** DĚTSKÝ DOMOV ČESKÁ LÍPA

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** Mariánská 570, 470 00 Česká Lípa

**Statutární zástupce:** Karel Heller, ředitel

**Kontaktní osoba:** Karel Heller

**Telefon:** 487 825 109

**Fax:** 487 521 613

**e-mail:** detsky\_domov@volny.cz

**Činnost organizace:** péče o děti s nařízenou ústavní výchovou

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s romskou menšinou, práce s lidmi ohroženými drogou, děti s nařízenou ústavní výchovou od 3 do 26 let.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů: 4**

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s romskou menšinou, práce s lidmi ohroženými drogou, děti s nařízenou ústavní výchovou od 3 do 26 let.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, doučování, hlídání dětí – nemocné děti, osobní asistence, aktivizace klientů, společnost klientům, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, fundraising.

---

**Název organizace:** FOND OHROŽENÝCH DĚTÍ

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** Na Poříčí 6, 110 00 Praha 1

**Statutární zástupce:** JUDr. Marie Vodičková

**Kontaktní osoba:** PhDr. Zdeňka Tesařová, místopředsedkyně FOD

**Telefon:** 224 236 655

**Mobil:** 724 667 888

**Fax:** 224 236 655

**e-mail:** fod@fod.cz, zdts@seznam.cz,

**www.fod.cz**

**Činnost organizace:** azylové domy, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, sociálně právní ochrana dětí, provoz zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, rodiny s dětmi.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 5-10

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, doučování, pomoc při zajištění kulturních akcí.

---

**Název organizace:** MATEŘSKÉ A DĚTSKÉ CENTRUM „MAJÁK“ TANVALD

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** U Školky 579, 468 41 Tanvald

**Statutární zástupce:** neuveden

**Kontaktní osoba:** MUDr. Michalíková, Ing. Vacková

**Telefon:** 483 394 734

**e-mail:** m.c.majak@email.cz

**Činnost organizace:** centra denních služeb, raná péče, kontaktní centra, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s matkami na mateřské dovolené

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů: 1**

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, pomoc při zajištění kulturních akcí.

---

**Název organizace:** REPER

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** 471 24 Pertoltice pod Ralskem 48

**Statutární zástupce:** Mgr. Iva Prudlová

**Kontaktní osoba:** Mgr. Iva Prudlová

**Telefon:** 739 068 700

**Fax:** 487 862 328

**e-mail:** o.s.reper@seznam.cz

**www.** reper.cz

**Činnost organizace:** volný čas dětí a mládeže (včetně sociálně nebo zdravotně hendikepovaných).

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů: 3**

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mladistvými, talentovaná mládež 12 – 25 let ( z dětských domovů, romská menšina, nevidomí apod.)

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace.

---

**Název organizace:** MC MATEŘÍDOUŠKA.

**Právní forma organizace:** občanské sdružení.

**Adresa:** Nádražní 598 , 463 62Hejnice

**Statutární zástupce:** Pavlína Bartošová

**Kontaktní osoba:** Alena Nováková

**Mobil:** 604 130 070

**e-mail:** ala.novakova@seznam.cz

**www.** mcmateridouska.wz.cz

**Činnost organizace:** sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi.

**Cílová skupina organizace:** práce s nezaměstnanými, práce s matkami na mateřské dovolené, práce s dospělými, práce s dětmi.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 2

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, hlídání dětí.

---

**Název organizace:** OBČANSKÉ SDRUŽENÍ – MC JABLÍČKO

**Právní forma organizace:** občanské sdružení.

**Adresa:** Emílie Floriánové 8, 466 01 Jablonec nad Nisou

**Statutární zástupce:** Renáta Pokorná

**Kontaktní osoba:** Renáta Pokorná

**Telefon:** 721 419 754

**e-mail:** mcjablicko@volny.cz

**www.** sdj.cz

**Činnost organizace:** provozování mateřského centra, výchovné poradenství, nabídka volnočasových aktivit pro rodiče a děti, hlídání dětí, nabídka besed, kurzů pro matky na mateřské dovolené.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 3-4

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** hlídání dětí, pomoc při zajištění kulturních akcí, administrativa.

---

**Název organizace:** CENRUM VOLNÉHO ČASU ARABELA

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** Holubova 647, 463 12 Liberec 25

**Statutární zástupce:** neuveden

**Kontaktní osoba:** Helena Štrofová

**Telefon:** 603487060

**e-mail:** centrum@arabela.wz.cz

**www.** arabela.wz.cz

**Činnost organizace:** volnočasové aktivity pro všechny věkové kategorie.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s dospělými, práce se seniory, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** neomezeně.

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce se seniory.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zabezpečení jednorázových akcí.

---



**Název organizace:** PODKRKONOŠSKÁ SPOLEČNOST PŘÁTEL DĚTÍ ZDRAVOTNĚ  
POSTIŽENÝCH SE SÍDLEM V SEMILECH.

**Právní forma organizace:** občanské sdružení.

**Adresa:** Nádražní 213, 513 01 Semily

**Statutární zástupce:** Jaroslava Boudná, předsedkyně

**Kontaktní osoba:** Jaroslava Boudná

**Telefon:** 481 625 414

**e-mail:** podkrkonos.spol@quick.cz

**Činnost organizace:** sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, volnočasové sportovní, kulturní aktivity pro rodiny se zdravotně postiženými dětmi, pro děti ze znevýhodněného prostředí, kurzy pro začínající dobrovolníky z řad středoškoláků.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s osobami se zdravotním postižením

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** počet neuveden.

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s osobami se zdravotním postižením

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, administrativa.

---

**Název organizace:** DĚTSKÝ DOMOV SEMILY.

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje

**Adresa:** Nad Školami 480, 51301 Semily.

**Statutární zástupce:** Mgr. Mojmír Hojač

**Kontaktní osoba:** Mgr. Mojmír Hojač

**Telefon:** 481 622 514

**e-mail:** ddsemily@quick.cz

**Činnost organizace:** dětský domov

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s romskou menšinou.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 1- 2

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s romskou menšinou.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, doučování, hlídání dětí, osobní asistence, pomoc při zajištění kulturních akcí, fundraising.

---

**Název organizace:** STŘEDISKO RANÉ PÉČE SPRP LIBEREC

**Právní forma organizace:** občanské sdružení

**Adresa:** Matoušova 406, 460 01 Liberec 1

**Statutární zástupce:** PaedDr. Alexandra Bečvářová

**Kontaktní osoba:** Mgr. Pavla Chalupová

**Telefon:** 485 109 564

**Fax:** 485 115 060

**e-mail:** liberec@ranapece.cz

**www.** ranapece.cz

**Činnost organizace:** raná péče

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s dospělými, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s osobami s duševním onemocněním.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 3.

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s dospělými, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s osobami s duševním onemocněním. Výroba speciálních pomůcek pro děti se zdravotním postižením, pomoc při administrativě, pomoc při pořádání akcí.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** hlídání dětí, pomoc při zajištění kulturních akcí, administrativa, výroba speciálních pomůcek pro děti se zdravotním postižením.

---

**Název organizace:** ÚSTAV SOCIÁLNÍ PÉČE MAŘENICE, PŘÍSPĚVKOVÁ  
ORGANIZACE

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** Mařenice č. p. 204, 471 56 Mařenice

**Statutární zástupce:** Bc. Petra Bröcklová

**Kontaktní osoba:** František Fiedler

**Telefon:** 487 754 115

**Fax:** 487 874 690

**e-mail:** usp.marenice@tiscali.cz

**Činnost organizace:** domovy pro osoby se zdravotním postižením.

**Cílová skupina organizace:** práce s osobami se zdravotním postižením (mentálním).

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 3

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s osobami se zdravotním postižením (mentálním).

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** společnost klientům.

---

**Název organizace:** DĚTSKÝ DOMOV, JABLONNÉ V PODJEŠTĚDÍ, ZÁMECKÁ 1,  
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje

**Adresa:** Zámecká 1, 471 25 Jablonné v Podještědí

**Statutární zástupce:** Mgr. Vlastimil Faltýnek

**Telefon:** 487 762 626

**Fax:** 487 762 451

**e-mail:** vf.24@tiscali.cz

**Činnost organizace:** výchova a vzdělávání dětí a mládeže s nařízenou ústavní výchovou.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s osobami s duševním onemocněním.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:**1-2

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s osobami se zdravotním postižením, práce s osobami s duševním onemocněním.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** doučování, osobní asistence, aktivizace klientů, společnost klientům.

---

**Název organizace:** PORADNÍ A SETKÁVACÍ CENTRUM - POSEC

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Město Frýdlant, zařízení je organizační složkou MěÚ Frýdlant.

**Adresa:** nám. T. G. Masaryka 74, 464 13 Frýdlant

**Statutární zástupce:** Ing. Dan Ramzer, starosta

**Kontaktní osoba:** Ing. Jitka Sochová, vedoucí POSECu

**Telefon:** 482 311 302

**Fax:** 482 312 053

**e-mail:** posec@mu-frydlant.cz

**www.** frydlantvc.cz/posec

**Činnost organizace:** sociální poradenství, kontaktní centra, služby následné péče, terénní programy, nízkoprahová zařízení pro děti a mládež.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s dospělými, práce s osobami s duševním onemocněním, práce s lidmi ohroženými drogou, lidé v obtížné životní situaci.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 1.

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** organizační záležitosti, podávání informací novým klientům, objednávání klientů do poraden, práce s osobami s duševním onemocněním.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, aktivizace klientů, fundraising.

---

**Název organizace:** DOMOV DŮCHODCŮ JINDŘICHOVICE POD SMRKEM,  
PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE, 463 66 JINDŘICHOVICE POD  
SMRKEM 238

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje

**Adresa:** 463 66 Jindřichovice pod Smrkem 238

**Statutární zástupce:** Bc. Alan Maria Uhura

**Kontaktní osoba:** Lucie Andršová

**Telefon:** 482 411 811

**Fax:** 482 411 819

**e-mail:** dd.reditel@volny.cz

**Činnost organizace:** domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem.

**Cílová skupina organizace:** práce se seniory

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 1-4

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce se seniory, práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** aktivizace klientů společnost klientům, pomoc při zajištění kulturních akcí.

---

**Název organizace:** DOMOV DŮCHODCŮ VELKÉ HAMRY 600, PŘÍSPĚVKOVÁ  
ORGANIZACE

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** 468 45 Velké Hamry 600

**Statutární zástupce:** ředitel

**Kontaktní osoba:** Josef Růta

**Telefon:** 483 368 715

**Mobil:** 602 647 255

**Fax:** 483 368 710

**e-mail:** ddvhamry@volny.cz

**Činnost organizace:** domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem.

**Cílová skupina organizace:** práce se seniory, práce s osobami se zdravotním postižením

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 3

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce se seniory, práce s osobami se zdravotním postižením .

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** společnost klientům, pomoc při zajištění kulturních akcí, zajištění volnočasových aktivit pro klienty.

---

**Název organizace:** DĚTSKÝ DOMOV, JABLONEC NAD NISOU.

**Právní forma organizace:** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** Pasecká 20, 466 02 Jablonec nad Nisou

**Statutární zástupce:** Jan Řičář

**Kontaktní osoba:** Jan Řičář

**Telefon:** 483 711 707

**Fax:** 483 711 707

**e-mail:** dd-jbc@volny.cz

**Činnost organizace:** dětský domov

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s dospělými ( rodiče a zákonní zástupci dětí).

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** počet by závisel na nabídnuté a dohodnuté činnosti.

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mladistvými.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, doučování, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, fundraising.

---

**Název organizace:** DOMOV DŮCHODCŮ JABLONECKÉ PASEKY

**Právní forma organizace :** státní organizace, zřizovatel: Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** V. Nezvala 87/14, 466 02 Jablonec nad Nisou 2

**Statutární zástupce:** Dagmar Křížová

**Kontaktní osoba:** Šárka Petříčková

**Telefon:** 483 300 854

**Fax:** 483 300 853

**e-mail:** socialni.pracovnik@dd-jablonec.cz

**www.** dd-jablonec.cz

**Činnost organizace:** domovy pro seniory.

**Cílová skupina organizace:** práce se seniory.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** horní limit není stanoven

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce se seniory, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** aktivizace klientů, společnost klientům, pomoc při zajištění kulturních akcí.

---

**Název organizace:** "D" OBČANSKÉ SDRUŽENÍ (Občanská poradna a Poradna pro oběti trestných činů)

**Právní forma organizace:** občanské sdružení.

**Adresa:** 460 07 Ještědská 58, Liberec 7

**Statutární zástupce:** Věra Šístková

**Kontaktní osoba.** Veronika Blažková

**Telefon:** 485 152 140

**Fax:** 485 152 140

**e-mail:** d-os@volny.cz

**www.**d-os.net

**Činnost organizace:** sociální poradenství, denní stacionáře, telefonická krizová pomoc, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi.

**Cílová skupina organizace:** práce s mladistvými, práce s dospělými, práce se seniory, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s osobami bez přístřeší, práce s nezaměstnanými, práce s matkami na mateřské dovolené, práce s romskou menšinou, práce s cizinci.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 3.

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dospělými, práce se seniory, práce s osobami bez přístřeší, práce s nezaměstnanými, práce s matkami na mateřské dovolené, práce s romskou menšinou.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** propagace organizace, administrativa, fundraising.

---

**Název organizace:** Společnost přátel přírody (SPP) – MATEŘSKÉ CENTRUM ČMELÁK

**Právní forma organizace:** občanské sdružení.

**Adresa:** Olbrachtova 37, 460 15 Liberec XV

**Statutární zástupce:** Mgr. Martina Burešová , koordinátorka projektu mateřských center

**Kontaktní osoba:** Mgr. Martina Burešová

**Telefon:** 482 751 195,

**Mobil:** 777 561 716

**Fax:** 482 751 195

**e-mail:** Burešova.martina@seznam.cz, mc@cmelak.cz

**www.** cmelak.cz, www. mc.cmelak.cz

**Činnost organizace:** původně ekologická organizace Společnost přátel přírody, nyní spíše sociálně-ekologická umožňuje výkon veřejně prospěšných prací, připravuje soutěže pro veřejnost a ekovýchové programy pro školy, pořádá exkurze a odborné praxe pro studenty a spolupracuje s některými neziskovými organizacemi ze sociální oblasti. Dalšími cílovými skupinami aktivit SPP se staly i rodiny s dětmi a od r. 2005 také matky na mateřské dovolené, pro které pod křídly SPP vzniklo mateřské centrum Čmelák.



Od roku 2006 vedle řady dalších aktivit nabízí odborné semináře, přednášky a kurzy nejen pro stávající rodiče, ale také pro budoucí a těhotné ženy.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 5 - 10

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mladistvými, práce s matkami na mateřské dovolené.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, doučování, hlídání dětí, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, administrativa, fundraising.

---

**Název organizace:** DIECÉZNÍ CHARITA LITOMĚŘICE, DETAŠOVANÉ PRACOVIŠTĚ:  
DIECÉZNÍ CHARITA OŠETŘOVATELSKÁ SLUŽBA V RODINÁCH.

**Právní forma organizace:** církevní právnická osoba

**Adresa:** Markova 4, 460 14 Liberec 14 (detašované pracoviště)

**Statutární zástupce:** Kavková Růžena

**Kontaktní osoba:** Makarovská Tamara

**Telefon:** 485 120 104, **Mobil:** 603 505 963

**Fax:** 416 731 452,

**e-mail:** chos.liberec@volny.cz

**www:** www.dchltm.cz

**Činnost organizace:** pečovatelská služba.

**Cílová skupina organizace:** práce se seniory, práce s osobami se zdravotním, práce s osobami s duševním onemocněním, práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 1 - 2

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce se seniory, práce s osobami se zdravotním postižením, práce s osobami s duševním onemocněním, práce s osobami s Alzheimerovou chorobou či jiným typem demence.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** osobní asistence, aktivizace klientů, společnost klientům.

---

**Název organizace:** DĚTSKÝ DOMOV, FRÝDLANT, VĚTROV 3005, PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE.

**Právní forma:** příspěvková organizace, zřizovatel Krajský úřad Libereckého kraje.

**Adresa:** Vrchlického 3005, 464 01 Frýdlant

**Statutární zástupce:** Bc. Tomáš Kahan

**Kontaktní osoba:** Bc. Tomáš Kahan

**Telefon:** 482312108

**Fax:** 482312033

**E-mail:** dd\_frydl@volny.cz

**www:** ddfrydlant.ic.cz

**Činnost organizace:** výchovná, sociální a materiální péče o děti s nařízenou ústavní výchovou ve věku 3 – 18 let.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce s mládeží, sociálně ohrožení.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** 5

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce s mládeží.

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, doučování, osobní asistence, aktivizace klientů, společnost klientů, pomoc při zajištění kulturních akcí, fundraising.

---

**Název organizace:** REGIONÁLNÍ DOBROVOLNICKÉ CENTRUM JEŠTĚD., O.S.

**Právní forma:** občanské sdružení.

**Adresa:** Voroněžská 144/20, 460 01 Liberec I

**Statutární zástupce:** Mgr.Šárka Holubová.

**Kontaktní osoba:** Kateřina Hodinková

**Telefon:** 485 172 386

**Fax:** 485 172 386

**e-mail:** rdcjested@rdcjested.cz

**www:** rdcjested.cz

**Činnost organizace:** dobrovolnická služba v oblasti pomoci seniorům a zdravotně postiženým.

**Cílová skupina organizace:** práce s dětmi, práce se seniory, práce s osobami se zdravotním postižením.

**Počet uvažovaných dobrovolníků seniorů:** neomezeně

**Oblasti, ve kterých mohou dobrovolníci senioři působit:** práce s dětmi, práce se seniory, práce s osobami se zdravotním postižením,

**Jaké činnosti mohou dobrovolníkům seniorům nabídnout:** zajištění volnočasových aktivit pro klienty, aktivizace klientů, společnost klientům, pomoc při zajištění kulturních akcí, propagace organizace, administrativa, fundraising.