UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta humanitních studií

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Andrea Schlossbauerová

Sociální problémy stáří – rámcové podmínky a lokální kontext

Praha 2013

Vedoucí bakalářské práce: doc. Ing. Karel Müller, Csc.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracovala samostatně a použila jen uvedené prameny a literaturu. Současně dávám svolení k tomu, aby byla tato práce zpřístupněna v příslušné knihovně Univerzity Karlovy a prostřednictvím elektronické databáze vysokoškolských kvalifikačních prací v repozitáři Univerzity Karlovy a používána ke studijním účelům v souladu s autorským právem. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 26. června 2013 ……

Andrea Schlossbauerová

Poděkování

Ráda bych poděkovala panu doc. Ing. Karlu Müllerovi, Csc. za všechny jeho cenné odborné rady, připomínky a podporu při psaní této bakalářské práce. Velké poděkování patří také všem organizátorkám Sdružení důchodců, které mě tak ochotně přijaly mezi sebe a věnovaly mi svůj čas a poskytly rozhovory i všechny potřebné informace, které jsem potřebovala ke zpracování empirické části této práce. Děkuji také své rodině a všem ostatním, kteří mě podporovali během celého studia.

Obsah

1 **Úvod** 1

2 **Odborná diskuze k problému stáří: pojmy a teoretické přístupy** 3

2.1 Stárnutí a stáří 3

2.2 Gerontologie, geriatrie 5

3 **Sociologie stáří** 7

3.1 Vnímání stáří v minulosti 7

3.2 Kvalita života ve stáří 8

3.3 Volnočasové aktivity seniorů 8

4 **Infrastruktura pro podporu stáří** 10

4.1 Národní program přípravy na stárnutí 10

4.2 Zabezpečení a péče o seniory v ČR 13

4.2.1 Sociální zabezpečení a služby 13

4.2.2 Zdravotní péče 16

5 **Příkladné aktivity vybraných organizací** 19

6 **Stereotypy vyskytující se vzhledem k chápání stáří** 22

6.1 Věková diskriminace 22

6.2 Současný obraz stáří ve společnosti 23

6.3 Nevyužitý potenciál seniorů 25

7 **Metodologická část** 27

7.1 Výzkumné otázky 27

7.2 Výzkumná strategie 28

7.3 Techniky sběru dat 28

7.4 Výzkumný vzorek a prostředí výzkumu 30

7.5 Analytické postupy 30

7.6 Hodnocení kvality výzkumu 31

7.7 Etické otázky výzkumu 32

8 **Empirická část** 34

8.1 Průběh výzkumu 34

8.2 Výsledky výzkumu a jejich interpretace 34

8.2.1 Okolnosti vzniku Sdružení důchodců a role jednotlivých aktérů 34

8.2.2 Infrastruktura pro podporu stáří a její hodnocení zainteresovanými aktéry 36

8.2.3 Přístup ke Sdružení důchodců ze strany jednotlivců a organizací 38

8.2.4 Stereotypy vyskytující se vzhledem k chápání stáří 40

8.2.5 Osobní příběhy a zážitky ze života zainteresovaných aktérů spojené s vnímáním stáří 42

8.2.6 Interpretace výsledků výzkumu 43

9 **Závěr** 48

10 **Přílohy** 50

11 **Seznam použité literatury** 54

1 Úvod

Jako téma bakalářské práce jsem si vybrala problémy spojené se situací starých lidí, které jsem zkoumala jak z hlediska obecných podmínek v České republice, tak i z hlediska lokálního kontextu. Již delší dobu si ve svém okolí všímám zvýšeného zájmu o problematiku stáří, a to nejen ze strany sdělovacích prostředků či politických reforem, ale také ze strany samotných seniorů. Často slýchávám názory, že senioři to v dnešní společnosti vůbec nemají lehké, což prý není nic proti tomu, jak složité to bude mít má generace, až bude nastupovat do důchodu. Proto jsem se rozhodla zaměřit svoji bakalářskou práci na sociální problémy stáří, zjistit, o jaké problémy vůbec jde a vyhledat způsoby, jakými je společnost připravena tyto problémy řešit a jak je řeší staří občané. Jedná se totiž o téma, které se týká nejen současných seniorů, ale i všech mladších generací, které tato životní fáze teprve čeká. Porozumění jak regulativním formám orientovaným na situaci starých lidí, tak i kontextu jejich aktivit umožní specifikovat ty sociální formy, které mohou pozitivně ovlivňovat kvalitu života v období stáří.

Díky lepším životním podmínkám a kvalitnější zdravotní i sociální péči se střední délka života lidí stále více prodlužuje, a proto narůstá i počet seniorů v naší společnosti. V teoretické části této práce nejprve objasním důležité pojmy a teoretická východiska týkající se stárnutí a stáří a pohled na ně z hlediska sociologie. Poté se zaměřím na to, jakým způsobem chce Vláda České republiky v budoucnosti řešit nastávající situaci a jak tato situace vypadá dnes, především co se týče sociální a zdravotní péče o seniory. Zajímat mě budou také nestátní neziskové organizace, které podporují stáří a snaží se zlepšovat kvalitu života seniorů. A nakonec se pokusím zjistit, jaký je současný obraz stáří ve společnosti, jak jsou senioři skutečně vnímáni a jaký se v nich skrývá budoucí potenciál.

V empirické části se pak zaměřím na konkrétní Městskou část Prahy 21 – Újezd nad Lesy a v ní působící občanské sdružení s názvem Sdružení důchodců, které je vedeno seniory a zabývá se pořádáním volnočasových aktivit pro důchodce. V rámci jejich organizace se pokusím zjistit, s jakými sociálními problémy se skutečně potýkají, jak zvládají

vyjednávat své působení v rámci obce a jaké mají názory na vnímání stáří v naší společnosti i na stáří jako takové. Objasním také, jak se k problematice stárnutí staví Újezd nad Lesy a jakým způsobem přistupuje k vybranému sdružení. Výzkum budu provádět pomocí zúčastněného pozorování a polostrukturovaných rozhovorů v rámci Sdružení důchodců a provedu také analýzu dostupných dat o Městské části Praha 21. Výsledkem by měly být komplexní informace o daném sdružení i o infrastruktuře Újezdu nad Lesy, které uplatním na poznatky z teoretické části. Věřím, že tato práce ukáže, jak je stáří skutečně vnímáno v dnešní společnosti, jaké sociální problémy se zde objevují a jaká budoucnost nejspíše čeká nás, jakožto mladší generaci.

2 Odborná diskuze k problému stáří: pojmy a teoretické přístupy

V této kapitole objasním důležité pojmy, jejichž znalost je pro zpracování tématu, které se týká sociálních problémů stáří, nezbytná. Zaměřím se na díla některých významných autorů, kteří tyto pojmy teoreticky vymezují. Nejprve objasním základní pojmy stárnutí a stáří. S tím souvisí vědní obory gerontologie a geriatrie, které zde uvádím proto, že jak gerontologie, tak i geriatrie se snaží seniorům co nejvíce usnadnit a zpříjemnit stárnutí a stáří, snaží se o zkvalitnění jejich života.

2.1 Stárnutí a stáří

Stárnutí provází člověka v podstatě celý život. Jakmile se narodíme, začínáme postupně stárnout a tento proces se nezastaví, dokud nezemřeme. Důležité však je, že nestárneme rovnoměrně. Jak píše Haškovcová (2010, s. 20), *„proces stárnutí je vždy diskontinuitní, což znamená, že v některých obdobích svého života člověk stárne rychleji, v jiných pomaleji“*. Jarolímová (2007, s. 60) pak definuje stárnutí jako *„souhrn změn ve struktuře a funkci organismu, přičemž se jedná o změny v oblasti somatické, psychické, emoční a sociální“*.

Avšak existují i jiná vymezení tohoto pojmu, která uvádí Čevela, Kalvach a Čeledová (2012) či Ondrušová (2011). Podle nich se stárnutí vyznačuje spíše zhoršováním funkcí organismu, hromaděním různých škodlivých změn a deficitů a zvýšeným rizikem onemocnění či úmrtí. V tomto případě stárnutí začíná až po dosažení sexuální dospělosti. Je tedy patrné, že definice stárnutí jsou různorodé a stejně tak se liší i názory na příčiny stárnutí. Většinou převažují biologické teorie, ale existují i sociální teorie stárnutí. Obecně lze říci, že na procesu stárnutí se podílejí jak genetické vlivy, tak faktory zevního prostředí. (Ondrušová, 2011)

Stáří je poslední a neodmyslitelnou etapou završující lidský život. Většina lidí na něj nahlíží spíše s obavou, že se jejich život neúprosně blíží ke konci a nezbývá jim již mnoho času. Tato obava je v dnešní době ještě naléhavější vzhledem k tomu, že lidé stále více pociťují nedostatek času, který, jak se zdá, ubíhá příliš velkou rychlostí. Na druhou

stranu se mnohdy těší na tu chvíli, kdy budou moci konečně odejít z namáhavého pracovního procesu a užívat si zaslouženého volného času, kterého stáří přináší dostatek. Někteří lidé pak své stáří tráví aktivněji, účastní se různorodých aktivit, cestují po světě nebo se zkrátka snaží o jistou seberealizaci, zatímco jiní tráví čas spíše v poklidu na své zahrádce či u televize. Nicméně *„o svém vlastním stárnutí a stáří většinou neuvažujeme až do doby, než se nás začne osobně nebo zprostředkovaně, ale blízce týkat".* (Haškovcová, 2010, s. 17)

Existují různé definice stáří. Podle Čevely, Kalvacha a Čeledové (2012, s. 19) je stáří označením *„pozdních fází ontogeneze".* Jedná se podle nich o důsledek funkčních i morfologických involučních změn, na nichž se výrazně podílí vnější vlivy, jako je interakce s prostředím, projevy a důsledky nemocí, sociálně ekonomické i psychické faktory či životní styl. Autoři také rozlišují tři přístupy, pomocí kterých se stáří obvykle vymezuje. Jedná se o stáří biologické, kalendářní a sociální.

Biologické stáří se vyznačuje biologickými změnami organismu. Mezi typické projevy patří úbytek zdatnosti a odolnosti vůči zátěži, pokles výkonnosti a vyšší výskyt některých chorob. Zároveň se mění také chování, postoje, chůze i celkový vnější vzhled těla. Neexistují však přesná kritéria, kterými by se dalo biologické stáří stanovit.

Kalendářní stáří lze oproti biologickému určit velice snadno. Z toho důvodu je používáno nejčastěji, a to především v demografii či statistice. Avšak o člověku nám neprozradí více, než právě jeho věk. Dokonce i věková hranice stáří se postupem času stále více zvyšuje. V současné době se nejvíce uznává členění podle Světové zdravotnické organizace (WHO), která rozlišuje:

- rané stáří: 60 – 74 let
- vlastní stáří (senium): 75 – 89 let
- období dlouhověkosti: 90 a více let

Často se však vyskytuje i jiné členění stáří:

- mladí senioři (young-old): 65 – 74 let
- staří senioři (old-old): 75 – 84 let
- velmi staří senioři (very-old-old): 85 a více let

(Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012 cit. podle Zavázalová, 2001; Holmerová, 2002)

Sociální stáří souvisí se změnou sociální role, kterou člověk zastává ve společnosti. Počátkem sociálního stáří většinou bývá odchod do důchodu nebo vznik nároku na starobní důchod. S tím, jak se postupně zvyšuje význam autonomie a participace seniorů, dochází v tomto přístupu k civilizačnímu posunu. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012)

2.2 Gerontologie, geriatrie

Gerontologie je nauka o stárnutí a stáří. Jedná se o poměrně nový vědní obor, který vznikl na přelomu 19. a 20. Století. Pojem gerontologie je odvozen od řeckého slova „geron, gerontos“, což znamená starý člověk a slova „logos“, tj. nauka. Prvním, kdo použil tento pojem, byl ruský vědec I. I. Mečnikov, a to ve svém díle z roku 1903.[1] Během 20. století se tato vědní disciplína rozvíjela velmi rychle. Ve Spojených státech amerických vznikl první Ústav pro výzkum stárnutí v roce 1938. V České republice byla v roce 1962 založena Česká gerontologická společnost. V dnešní době již existuje studijní obor gerontologie i na vysokých školách. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012; Haškovcová, 2010)

Gerontologie zkoumá především zákonitosti, příčiny a projevy stárnutí, problematiku starých lidí a života ve stáří. Jejím cílem je „*předcházet patologickému stárnutí a nesoběstačnosti a usilovat o zdravé stárnutí, aktivní život ve stáří a zlepšení kvality života seniorů*“. (Ondrušová, 2011, s. 15) Tradičně se gerontologie rozděluje do těchto tří oborů:

- **Gerontologie experimentální** – zkoumá příčiny a procesy stárnutí, zajímá ji především, proč a jakým způsobem stárnou živé organismy. Je převážně součástí biologie, ale zabývá se i psychickými změnami v průběhu stárnutí.

[1] Metchnikoff, Elie: *Etudes sur la nature humaine*, Paris, Masson, 1903.

- **Gerontologie sociální** – zabývá se stárnutím společnosti, zkoumá vztahy mezi seniory a ostatní populací. Jejím cílem je úspěšné stárnutí a soběstačnost seniorů. Zahrnuje mnoho aspektů od demografie stárnutí, sociologie, psychologie, pedagogiky až po právní či etické aspekty stárnutí.

- **Gerontologie klinická (geriatrie)** – zabývá se zdravotním a funkčním stavem stárnoucího a starého člověka. Zajímají ji specifika chorob seniorů, především výskyt více nemocí najednou, jejich atypický průběh nebo časté komplikace. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012; Haškovcová, 2010)

Geriatrie, jak se jinak klinická gerontologie nazývá, je samostatným lékařským oborem, jež poskytuje specializovanou zdravotní péči nemocným vyššího věku. Za jejího zakladatele je považován I. L. Nascher, který v roce 1914 napsal první monografii s názvem *Geriatrics*. Její působení se neomezuje pouze na svůj obor, ale spolupracuje i s mnoha dalšími obory, jako je například neurologie, psychiatrie, ošetřovatelství či fyzioterapie.

Pacienty neboli klienty geriatrie jsou především křehcí senioři, kteří vyžadují specifický léčebný a ošetřovatelský přístup. Je třeba říci, že geriatrie v péči o starého člověka nenahrazuje činnost ostatních klinických oborů, nýbrž ujímá se především seniorů, kteří v danou chvíli nevyžadují specializované služby jiného oboru.

Cílem geriatrie je optimalizovat zdravotní a funkční stav seniorů. Jejich snahou je především snížit výskyt chronické disability a nemocí v pokročilém stáří, zlepšovat zdravotní stav, odvracet ztrátu soběstačnosti a vytvářet co nejlepší podmínky pro účinnost léčebných metod až do vysokého věku. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012; Holmerová a kol., 2007, s. 12-13)

3 Sociologie stáří

Většina předmoderních kultur vnímala staré lidi jako zdroj moudrosti a zkušeností, tudíž jim byla prokazována patřičná úcta a svěřováno mnohé rozhodování. V současné moderní společnosti své významné postavení a moc už staří lidé téměř ztratili. Jelikož se naše společnost mění obrovskou rychlostí, nejsou již nashromážděné vědomosti starých lidí považovány mladší generací za cennou hodnotu, nýbrž spíše jako něco zastaralého. Přesto je dnes stárnutí a stáří stále méně vnímáno jako něco samozřejmého, protože díky pokrokům v medicíně je možné procesy stárnutí oddalovat či zlepšovat zdravotní stav seniorů a tím pádem i kvalitu jejich života. Senioři jsou pak schopni nejen déle pracovat a pomáhat svým blízkým, ale mají také více volného času, který mohou trávit aktivně a plnohodnotně. (Giddens, 1997)

3.1 Vnímání stáří v minulosti

V dnešní době se často setkáváme s názorem, že dříve bylo na stáří pohlíženo s mnohem větší úctou a uznáním, než je tomu dnes. Starý člověk byl považován za moudrou a zkušenou osobu, která právě možností předávání svých životních zkušeností mladší generaci, představovala pro společnost významnou hodnotu. Důvodem takového postoje byla především skutečnost, že dožít se starého věku bylo tehdy opravdu vzácné. Kojenecká úmrtnost byla velmi vysoká a pouze nejsilnější a nejhouževnatější jedinci dokázali přežít co nejdéle. Není tedy divu, že stáří se těšilo záviděníhodné úctě. (Haškovcová, 2010)

Je však třeba si uvědomit, že lidé, kteří byli dříve považováni za úctyhodné starce či stařeny, jsou dnes označováni za osoby ve středním věku. Starým byl totiž člověk v padesáti letech. Dnešní staří lidé, kterým je například přes osmdesát let, často trpí množstvím chorob, které je třeba neustále léčit a které je omezují v běžném životě. Jsou proto mnohem více závislí na pomoci a péči druhých. Z těchto důvodů se možná utvořil názor, který zastává asi pětina české populace (Sak, Kolesárová, 2012), že senioři jsou přítěží společnosti. Avšak, jak píše Haškovcová (2010), ani v minulosti nebyla úcta k seniorům pravidlem a mnohdy o ni museli skutečně bojovat.

3.2 Kvalita života ve stáří

Kvalitou života se dnes zabývá mnoho vědních oborů od medicíny, psychologie a sociologie až po ekonomii, politologii či techniku. Jedná se o široký pojem, který je většinou chápán ve dvou rovinách, a to jako subjektivní kvalita života, která souvisí s všeobecnou spokojeností se životem a psychickou pohodou lidí a dále objektivní kvalita života, která se týká plnění požadavků, které lidé mají ohledně sociálních a materiálních podmínek života a fyzického zdraví. Rovina subjektivní je nadřazena rovině objektivní, jelikož i sociálně, materiálně či fyzicky znevýhodněný člověk může prožívat vysokou kvalitu svého života. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012)

Existují tři přístupy ke zkoumání kvality života. Jedná se o přístup medicínský psychologický a sociologický. Medicínský přístup se zaměřuje na zdravím podmíněnou kvalitu života, přičemž hodnotí především zdravotní a sociální intervence u dlouhodobých onemocnění a dalších nepříznivých životních okolností. Termín „kvalita života“ se tak stal určitým protikladem ke „kvantitě života“, neboli délce přežití. Psychologický přístup se nejvíce zajímá o osobní pohodu, štěstí a spokojenost lidí. V pojetí sociologickém jsou pak zdůrazňovány atributy sociální úspěšnosti jako vzdělání, majetek, vybavení domácnosti a rodinný stav. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012; Ondrušová, 2011)

Vzhledem k prodlužující se délce života a stále většímu počtu seniorů v naší společnosti je otázka kvalitně prožitého stáří na místě. Touto problematikou se zabývá Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 s názvem *Kvalita života ve stáří* (2008), který vypracovalo Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky. Tímto dokumentem se budu podrobněji zabývat v kapitole Infrastruktura pro podporu stáří.

3.3 Volnočasové aktivity seniorů

Přestože panuje obecná představa, že senioři mají mnoho volného času a často ani neví, jak s ním naložit, z vlastní zkušenosti vím, že většina seniorů vám naopak řekne, že mají velmi málo času a spoustu práce. Pravdou je, že někteří senioři po odchodu do důchodu stále ještě pracují. Ať už z důvodu udržení určité životní úrovně nebo zkrátka proto, že pracovat chtějí. Ale stejnou věc vám řekne i senior, který většinu času tráví doma.

Příčinou může být neodlišení volnočasových aktivit od aktivity pracovní. Například práce na zahrádce či úklid domácnosti jsou totiž považovány za způsob trávení volného času.

Volnočasové aktivity mají často velký vliv na zdravotní i psychický stav seniorů. Některé aktivity podporují lepší pohyblivost a udržují fyzickou kondici, jiné zase slouží k relaxaci, odreagování nebo také k seberealizaci. V každém případě přispívají určitým způsobem ke zkvalitnění života každého člověka.

Z výzkumu Saka a Kolesárové (2012) vyplývá, že nejčastější volnočasovou aktivitou dnešní generace je sledování televize. Důvodem by podle nich mohlo být to, že se televize rozvíjela společně s životem této generace. V poslední době však také dochází k návratu poslouchání rozhlasu a ke stále většímu zájmu seniorů o počítače a internet. Podle autorů se totiž stará generace vyvíjí stejným směrem jako generace mladá, pouze pomalejším tempem.

Sak a Kolesárová (2012, s. 109) dále uvádí, že „*senioři ve větší míře realizují především aktivity, které měli osvojené v předchozích životních fázích*“. Proto jsou pro ně typické, na rozdíl od mladší generace, ruční práce, častější pobyt v přírodě a hojnější účast na náboženském životě či individuální duchovní aktivity.

Haškovcová (2010) se zaměřuje spíše na společenské aktivity seniorů jako je hudba, tanec, zpěv, turistické aktivity nebo aktivity sportovní. Obzvláště tanec považuje za oblíbenou činnost seniorů, kterou může provozovat každý bez omezení. Pro lidi trpící chronickými chorobami nebo různým fyzickým omezením se totiž rozvinula tzv. taneční a pohybová terapie. Další oblíbenou aktivitou je turistika. Některé cestovní kanceláře se dokonce specializují na zájezdy pro seniory. Méně oblíbenou aktivitou ve stáří je pak sport, jemuž se věnuje jen menší část seniorů.

Na významu dnes získává také vzdělávání lidí v pokročilém věku. Takzvané programy celoživotního vzdělávání či univerzity třetího věku dnes nabízí mnoho vysokých škol. Senioři tak mají možnost se seberealizovat, procvičit si paměť a rozšířit si své dosavadní poznatky.

4 Infrastruktura pro podporu stáří

V této kapitole pojednám o tom, jakým způsobem je, či není, Česká republika připravena na rostoucí počet seniorů v naší společnosti. Vláda ČR přijala jistá opatření a začala se řešením této problematiky postupně zabývat. Výsledkem je Národní program přípravy na stárnutí, který vypracovala pro období let 2008 – 2012, a který zde zmiňuji. Tento program se z velké části zabývá sociálními a zdravotními službami pro seniory a zdůrazňuje nutnost jejich propojení a spolupráce, což dosavadní systém zatím příliš nenabízí. O tom, jak vypadají současné zdravotní a sociální služby pro seniory, píši v dalších podkapitolách.

4.1 Národní program přípravy na stárnutí

Problematika, spojená se seniory, kterou se v současné době Vláda v České republice nejvíce zabývá, je stárnutí populace. S tím, jak se prodlužuje střední délka života, roste stále i počet seniorů v naší společnosti. Vyřešit takovou situaci a být na ni připraveni, je důležitou úlohou státu. Otázkou však je, zda se na ni stát připravuje dostatečně. Až 72% seniorů a 66% ostatní populace se domnívá, že společnost připravena není. Nejčastější obavy bývají spojeny s otázkou důchodů, bydlení pro seniory a dostupnosti sociálních a zdravotních zařízení. Nejčastějším názorem mladší generace (83%) je, že není zabezpečena výplata důchodů v budoucnosti, a také, že současné důchody jsou nedostatečné, což si myslí i 76% seniorů. Stejně tak možnost zaplatit si bydlení a dále sociální a zdravotní služby, je hodnocena převážně kriticky.

Jedním z důležitých kroků, které v tomto případě Vláda podnikla, bylo zpracování Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 s názvem *Kvalita života ve stáří*. Tento program byl vypracován Ministerstvem práce a sociálních věcí v roce 2008. Jeho cílem je zvýšení kvality života ve stáří a podpora prosperity ve stárnoucí společnosti. Jedná se především o snahu vytvořit podmínky pro důstojný, zdravý a aktivní život v druhé polovině života, ale také o podporu solidarity a soudržnosti mezi generacemi a probuzení zájmu o tuto situaci.

Příprava na stárnutí je zde pojata jako celoživotní přístup, jelikož kvalita života ve stáří je velkou měrou podmíněna životním stylem, událostmi, podmínkami a rozhodnutími z předchozího života. Proto je třeba snažit se po celý život zvyšovat kvalitu svého života,

především v oblasti zdraví, vzdělávání, zaměstnatelnosti, bydlení, hmotného zabezpečení a sociální participace. Neméně důležitou strategií tohoto programu je snaha docílit toho, aby mladší generace a vůbec společnost jako taková změnily svůj pohled na stárnutí a stáří, který je v současné době spíše negativní a spojený s mnoha předsudky. Ve starých lidech je potenciál, který je třeba objevovat a umět správně využít. Důležité je také podporovat vztahy a spolupráci mezi generacemi, jelikož právě v rámci jednotlivých generací dochází k předávání hodnot, kultury a životních zkušeností.

Pokud jde o ekonomickou stránku, je podle vládního programu potřeba se připravit na rostoucí podíl starších osob na trhu práce. Pracovní a aktivní život každého člověka se bude stále prodlužovat, proto je nutné připravit odpovídající pracovní podmínky a zařídit dostupnost práce pro všechny, bez ohledu na věk, pohlaví, zdravotní postižení, barvu pleti či jiný důvod. Reforma trhu práce by tak měla probíhat současně s důchodovou reformou, aby se zde se změnou složení společnosti již počítalo. K lepšímu uplatnění na trhu práce velmi přispívá vyšší vzdělání, proto bude podporováno celoživotní vzdělávání a zvyšována informovanost o přínosech tohoto vzdělávání.

Na kvalitu života a na celkové klima ve společnosti má velký vliv prostředí, ve kterém žijeme, a to nejen prostředí fyzické, ale také prostředí sociální, které je velmi důležité pro kvalitní vztahy a kontakty s druhými lidmi. Patří sem například veřejná doprava, jejíž dostupnost a bezbariérovost umožňuje starším lidem účastnit se různých kulturních a sociálních aktivit nebo zkrátka navštěvovat své příbuzné a známé. Dále bezpečné bydlení, které zohledňuje individuální potřeby konkrétních lidí, s čímž souvisí především rozvíjení bezbariérového bydlení. Ve chvílích, kdy se staří lidé ocitnou v obtížné životní situaci, má velký význam také informovanost o tom, kam se mohou obrátit pro pomoc. Neméně významný je i rozvoj komunitních center, která přispívají k nezávislosti a sociální participaci starších osob.

Stáří bývá často spojeno s křehkostí starších osob a jejich specifickými zdravotními potřebami, což vyžaduje, aby se jim zdravotní služby co nejlépe přizpůsobily. Pod pojmem zdraví však není myšleno pouze zdraví tělesné, nýbrž také duševní a sociální, které odráží pocit pohody a spokojenosti jednotlivce. V případě seniorů je spíše než akutní péče, důležitá péče dlouhodobá, a to jak zdravotní, tak i sociální. Tuto péči je potřeba co nejvíce rozvíjet a podporovat. Podle vládního programu je nejvýhodnější,

když zdravotní, sociální a další služby poskytuje jeden poskytovatel na jednom místě. Za takový vhodný model považují komunitní centra.

V dnešní době je poměrně běžné, že staří lidé podporují svou rodinu velmi dlouho, nejprve své děti, poté svá vnoučata a v některých případech dokonce pečují i o svá pravnoučata. Když se pak ocitnou v situaci, kdy sami potřebují péči, často je tato odpovědnost právě na jejich rodině. V takovém případě je potřeba poskytnout pečovateli sociální ochranu, tak aby odpovědná a kvalitní péče o blízkého nevedla ke snížení životní úrovně nebo ke zvýšení rizika chudoby. Potřebnou podporu by měli získat ze strany zaměstnavatele, aby mohli dále setrvat ve své práci. Aby mohla být péče o staré lidi opravdu kvalitní, je třeba rozvíjet poznatky o této problematice, k čemuž významně přispívá gerontologie a geriatrie. Tyto poznatky by pak měly být přístupné nejen odborníkům, ale i laickým pečovatelům.

Ke spokojenému a kvalitnímu životu seniorů přispívá jejich zapojení do společnosti. Aby bylo možné zabránit sociálnímu vyloučení, je třeba podporovat participaci seniorů na vzdělávacích, kulturních a společenských aktivitách, a zároveň i na řešení a rozhodování o otázkách, které se jich týkají. Vzdělávání má význam při utváření nových postojů a hodnot, podporuje občanské aktivity a brání sociálnímu vyloučení. Kulturní a volnočasové aktivity zase napomáhají sociálním kontaktům a jsou zdrojem seberealizace. Vzhledem ke křehkosti a zranitelnosti starších lidí je důležité si dávat pozor na diskriminaci, protože staří lidé jsou méně odolní proti majetkovým podvodům či násilí. Tuto problematiku je třeba sledovat hlavně u dlouhodobé ústavní péče, kde by měly být prováděny veřejné kontroly těchto zařízení.

Národní program přípravy na stárnutí si klade za cíl splňovat tyto závazky v dlouhodobém horizontu s využitím spolupráce nestátních neziskových organizací, církví, odborné veřejnosti, výzkumných a vzdělávacích institucí, sociálních partnerů atd. Počítá také s aktivním přístupem a zapojením občanů každého věku. Jednotlivé závazky by dále nebylo možné plnit bez spolupráce vlády a samosprávy jednotlivých oblastí. Vycházet chce vláda z vhodných statistických dat, ze znalostí seniorských i proseniorských organizací i z veřejné a odborné diskuze.

4.2 Zabezpečení a péče o seniory v ČR

Jak už jsem zmiňovala v kapitole 4.1, pokud jde o sociální a zdravotní péči o seniory, je velmi důležitá vzájemná návaznost a propojenost těchto odvětví. Staří lidé totiž často trpí mnoha nemocemi, včetně takových, které vyžadují dlouhodobou péči a na to není naše zdravotnictví většinou připravené, zatímco sociální péče naopak neposkytuje dostatečné zdravotní služby. Tímto problémem se zabývá národní program *Kvalita života ve stáří* (2008) a je nyní otázkou, jakým způsobem se s ním do budoucna dokáže vláda vypořádat. Právě kvalita života by měla být základním cílem zdravotních a sociálních služeb.

4.2.1 Sociální zabezpečení a služby

Sociální zabezpečení je možné podle Čevely, Kalvacha a Čeledové (2012, s. 144) definovat jako *„soubor institucí, zařízení a opatření, jejichž prostřednictvím a pomocí se uskutečňuje předcházení, zmírňování a odstraňování sociální události občana"*. Autoři rozlišují tři pilíře systému sociální ochrany obyvatelstva:

- **Sociální pojištění** – jedná se o pojištění důchodové a nemocenské, které zajišťuje, že bude o občana postaráno v případě, že přijde o příjem z výdělečné činnosti, onemocní, odejde na mateřskou, stará se o jiného člena rodiny nebo zestárne apod.

- **Státní sociální podpora** – řeší sociální situace, kdy je potřeba podpořit rodinu, a to především rodinu s dětmi. Tyto sociální dávky jsou financovány ze státního rozpočtu, tedy z daní.

- **Sociální pomoc** – zabývá se případy hmotné a sociální nouze, kdy občan není schopen tuto situaci vyřešit sám nebo s pomocí své rodiny. Patří sem především sociální služby zajišťované jednotlivými obcemi a kraji. Dále sociálně právní ochrana dětí a dávky sociální pomoci, které poskytují pověřené obecní úřady. Financována je sociální pomoc ze státního rozpočtu a z rozpočtu daných obcí a krajů.

Se seniory je nejvíce spojen **důchodový systém**, který se v současné době skládá ze tří pilířů. První pilíř představuje základní a povinné důchodové pojištění, jehož dávky jsou

přesně definované a financované průběžně. Jedná se o univerzální systém, který zabezpečuje všechny ekonomicky aktivní osoby. Tento typ důchodu pobírá více než 99% obyvatel ve vyšším věku, než je věková hranice pro nárok na starobní důchod. Z tohoto základního důchodového pojištění se poskytuje důchod starobní (včetně předčasného starobního důchodu), invalidní, vdovský a vdovecký i důchod sirotčí. Věk pro odchod do důchodu je rozdílný pro ženy a muže.(Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012) Například muži narození do roku 1936 mohli odejít do důchodu v 60 letech, zatímco ženy podle počtu vychovaných dětí od 53 do 57 let. Podle tabulky MPSV (2011) však osoby narozené od roku 1983 budou moci bez rozdílu odejít do důchodu až v 68 letech.

Další možností je vstoupit do druhého důchodového pilíře, který platí v České republice teprve od 1. ledna 2013 a jeho podstata je následující: *„Podpisem smlouvy o důchodovém spoření se účastník zaváže k tomu, že po zbytek jeho výdělečné činnosti až do přiznání starobního důchodu ze základního důchodového pojištění (I. pilíře) bude část jeho pojistného odváděna na jeho individuální účet u penzijní společnosti. Tato část představuje 3 procentní body z celkové sazby pojistného, která je 28 %. Současně se zaváže, že po uvedenou dobu, bude platit zvýšenou sazbu pojistného, a to o dodatečné 2 procentní body, které budou rovněž převáděny na jeho individuální účet u penzijní společnosti. Celkový odvod na důchodové pojištění tak bude 30 % vyměřovacího základu pro pojistné (21,5 % zaměstnavatel, 8,5 % zaměstnanec), z toho 25 % půjde na státní důchodové pojištění (I. pilíř) a 5% na soukromé důchodové spoření (II. pilíř).“* (MPSV, 2012)

Vedle těchto dvou možností existuje ještě dobrovolné doplňkové penzijní připojištění se státním příspěvkem. Jedná se o třetí pilíř důchodového systému. Toto pojištění je financováno kapitálově na příspěvkové bázi, ovšem zatím u nás není příliš rozšířené a na příjmech důchodců se podílí jen zanedbatelně. Základním a mnohdy jediným zdrojem příjmů ve stáří je stále ještě nejčastěji první pilíř důchodového zabezpečení. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012)

Pro staré lidi, kteří se ocitnou v nepříznivé sociální situaci, existuje v České republice celá řada sociálních služeb. Tyto **sociální služby** se dělí na pobytové, ambulantní a terénní. Pobytové služby jsou spojené s ubytováním v zařízeních sociálních služeb. Ambulantní služby neposkytují ubytování, konkrétní osoby za nimi pouze dochází nebo jsou doprovázeny do zařízení sociálních služeb. Terénní služby jsou pak poskytovány

v přirozeném sociálním prostředí dané osoby. Služby sociální péče se snaží co nejlépe zapojit seniory do běžného života společnosti, zajistit jejich psychickou i fyzickou soběstačnost a v případech, kdy to jejich stav nedovoluje, se jim snaží zajistit důstojné prostředí a zacházení. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012)

- **Osobní asistence** – terénní služba pro osoby se sníženou soběstačností, jež vyžadují pomoc jiné osoby. Je poskytována bez časového omezení.
- **Pečovatelská služba** – terénní nebo ambulantní služba pro osoby či rodiny se sníženou soběstačností, jež vyžadují pomoc jiné osoby. Poskytována ve vymezeném čase.
- **Tísňová péče** – terénní služba, která zajišťuje nepřetržitou hlasovou a elektronickou komunikaci s osobami vystavenými riziku ohrožení zdraví či života.
- **Průvodcovské a předčitatelské služby** – terénní nebo ambulantní služby pro osoby se sníženou schopností orientace či komunikace. Pomáhají při vyřizování vlastních záležitostí.
- **Odlehčovací služby** – terénní, ambulantní nebo pobytové služby pro osoby se sníženou soběstačností, o které je jinak pečováno v jejich přirozeném sociálním prostředí. Cílem je poskytnout nezbytný odpočinek pečující osobě.
- **Centra denních služeb** – ambulantní služby pro osoby se sníženou soběstačností, jež vyžadují pomoc jiné osoby.
- **Denní a týdenní stacionáře** – ambulantní a pobytové služby pro osoby se sníženou soběstačností a osoby s chronickým duševním onemocněním, jež vyžadují pravidelnou pomoc jiné osoby.
- **Domovy pro seniory** – pobytové služby pro osoby se sníženou soběstačností, zejména z důvodu věku, jež vyžadují pravidelnou pomoc jiné osoby.
- **Domovy se zvláštním režimem** – pobytové služby pro osoby se sníženou soběstačností z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na

návykových látkách, či osoby se stařeckou demencí, jež vyžadují pravidelnou a specifickou pomoc jiné osoby.

- **Sociální služby ve zdravotnických zařízeních ústavní péče** – pobytové služby pro osoby, které již nevyžadují ústavní zdravotní péči, ale nejsou schopny se obejít bez pomoci jiné osoby. Služba je poskytována pouze do zajištění jiného druhu pomoci.
- **Sociálně aktivizační služby** – ambulantní nebo terénní služby pro osoby ohrožené sociálním vyloučením.
- **Příspěvek na péči** – napomáhá krýt náklady pečujícímu prostředí.

(Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012)

Staří lidé, kteří jsou vlivem vysokého věku, zdravotního postižení či jiné závažné životní situace odkázáni na pomoc druhých, se někdy setkávají s devalvací vlastní osoby. V případě sociální nebo ošetřovatelské péče se tento nedostatek **důstojnosti** může projevovat například pocity zanedbávání nebo ignorování během poskytování péče, pocity nerespektování soukromí během poskytování intimní péče, ošetřováním ve spěchu nebo nepříjemně apod. Zachování důstojnosti starých lidí je proto neoddělitelnou součástí poskytování sociálních i zdravotních služeb. Mezi faktory, které mají příznivý vliv na uchování důstojnosti jedince, patří především zachování respektu, mezilidské komunikace, sociálního začlenění, autonomie, soukromí, hygienické péče a úpravy zevnějšku či pravidelné podávání stravy. (Rohanová, 2007)

4.2.2 Zdravotní péče

Za zdraví je dnes považován stav plné fyzické, psychické a sociální pohody. Všechny tyto dimenze totiž významně ovlivňují kvalitu života jedince, jeho práceschopnost, využití volného času, sociálně ekonomický potenciál a jeho roli v osobním životě i ve společnosti. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012) Z biologického hlediska do určité životní fáze fungují všechny tělesné orgány i tělesné funkce optimálně, avšak po překročení tohoto bodu se fyzický stav člověka začíná postupně zhoršovat a dochází k nárůstu chorob. Podle výzkumu Saka a Kolesárové (2012) se zdravotní stav lidí dramaticky

zhoršuje až po překročení 70 let. V předchozím období stáří, tedy od 61 do 70 let, je podle výzkumu zdraví až 79% seniorů velmi přijatelné.

Spolu s prodlužující se délkou středního života přibývá v naší společnosti dlouhověkých lidí. Za dlouhověkou osobu je obvykle považován člověk starší 90 let. Důležité je, že přibývání dlouhověkosti nesouvisí pouze s příznivějším životním prostředím či pokrokem medicíny, ale také se skutečností, že se lidé těší lepšímu zdraví. Délka přežití je totiž významně ovlivněna jak přítomností rizikových faktorů, změnami metabolismu a rezistencí vůči stresu, tak především i volbou životního stylu. Díky přibývání dlouhověkosti se zvyšuje heterogenita seniorské populace a stáří se tak stává obdobím života, kdy je možné pokračovat ve všestranném a harmonickém rozvoji lidské osobnosti. Nicméně existují i senioři, kteří jsou vážně nemocní a potřebují kvalitní a specifickou zdravotní péči, což představuje pro zdravotnický systém nové výzvy, se kterými je třeba se vypořádat. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012)

V případě, že senior onemocní, posílá ho praktický lékař buď k **specializovanému odbornému lékaři**, jako všechny ostatní, nebo ho může doporučit i ke **geriatrovi**. Těch je však u nás zatím malé množství. Když je to potřebné, navrhne nemocnému hospitalizaci. Senior je většinou nejprve hospitalizován ve **standardní nemocnici**, kde jsou však akutní lůžka velmi drahá a proto, když i nadále potřebuje zdravotnickou péči, může být přeložen do **léčebny pro dlouhodobě nemocné** (LDN), která slouží převážně k doléčení či k rehabilitaci. Zde může zůstat maximálně 99,9 dnů. Vedle LDN existují ještě **ošetřovatelská lůžka**, kde může senior pobýt až 3-5 měsíců. Pokud se ani po této době nemůže vrátit domů, bývá přeložen na jiné ošetřovatelské lůžko, kde není čas pobytu omezen. Problémem je, že tento druh péče je nejlevnější, a proto není obvykle dostatečně kvalitní vzhledem k potřebám takto nemocných seniorů. (Haškovcová, 2010)

Jak u akutních lůžek, tak u lůžek následné péče je největším problémem nedostatek těchto lůžek, vzhledem k velkému počtu pacientů. Proto se všude objevuje snaha co nejvíce zkracovat tyto pobyty a zkracují je i pojišťovny. Paradoxem je, že „vyhánějí“ seniory z akutních lůžek ve chvíli, kdy nemají zajištěná potřebná doléčovací lůžka. Navíc by podle zákona měli mít senioři možnost vstoupit do ústavní zdravotnické péče i ze sociálních důvodů, což vzhledem k danému problému dnes prakticky není možné. Jak vidíme, současný zdravotnický systém má řadu nedostatků, čímž se opět dostáváme

k nezbytnosti propojení a návaznosti sociální a zdravotní péče, o které jsme mluvili již dříve. (Haškovcová, 2010)

Další možností zdravotní péče je tzv. péče domácí neboli **home care**. Jedná se o domácí odbornou zdravotní péči, kterou obvykle provádějí zkušené zdravotní sestry. Tato služba je hrazena ze solidárního zdravotního pojištění, ale pouze v rozsahu maximálně jedné hodiny 3x denně. Přestože home care pečuje o potřebné občany všech věkových kategorií, nejčastějšími klienty bývají právě senioři. Domácí péči v České republice zajišťují různé agentury, kterých je u nás více než 450. (Haškovcová, 2010)

Zdravotními problémy seniorů se úzce zabývá obor geriatrie, který stále více vstupuje do klasické medicíny. Důvodem je skutečnost, že velké množství pacientů u praktických lékařů, internistů i specializovaných lékařů, představují senioři. Odborníci z tohoto oboru často poukazují na potřebu geriatrických oddělení v nemocnicích, kde by byla poskytována specializovaná geriatrická péče. V případě některých nemocnic se tato snaha povedla, ale stále jich je pouze malé množství. (Haškovcová, 2010) *„Cílem geriatrické medicíny není marný boj s přirozenými involučními projevy, ale ovlivňování potenciálu zdraví, zpomalování jeho poklesu, diagnostikování a ovlivňování nejen indexových chorob, ale všech faktorů – tělesných, psychických, sociálních – které s jeho poklesem a důsledky souvisí.“* (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012, s. 116)

5 Příkladné aktivity vybraných organizací

V této kapitole uvedu příklady některých významných organizací, které zajišťují sociální, zdravotní, volnočasové, vzdělávací či jiné služby pro seniory. Vzhledem k opravdu velkému množství těchto organizací v České republice jsem se zaměřila pouze na oblast Hlavního města Prahy a čerpala jsem z adresáře vydaného Městským centrem sociálních služeb a prevence s názvem *Informace, kontakty a sociálně zdravotní služby pro seniory* (2005). Jedná se o velice užitečnou a účelnou publikaci, která má seniorům pomoci získat kvalitní informace a dostat se tak do „dobrých rukou". Dobrá informovanost může totiž být prevencí proti samotě, depresi a beznaději a může vést k větší samostatnosti a sebevědomí seniora. Uvedené organizace přispívají velkou měrou ke kvalitnímu životu seniorů v mnoha různých oblastech, a proto je důležité alespoň některé zmínit.

- **Život 90** – jedná se o občanské sdružení, které v roce 1990 založili manželé Blanka a Jan Lormanovi. Jeho posláním je prohlubovat kvalitu života celé společnosti tím, že přispívají svou humanitární činností k řešení specifických problémů seniorů a umožňují jim aktivně a smysluplně žít ve svém vlastním domově, dokud je to jen možné. Snaží se zajistit, aby své stáří prožívali senioři důstojně a spokojeně. Jejich cílem je vytvářet podmínky pro výměnu, shromažďování a rozšiřování zkušeností, znalostí a dovedností týkajících se seniorů. Snaží se prosazovat principy svépomoci, naděje a úcty a pěstovat v mladých lidech morální povinnost pomoci starým lidem. Pomáhají především v oblasti sociálních a sociálně-zdravotních služeb, charity a konzultační a poradenské činnosti. Dále pořádají různé kulturní programy, rekreační či rehabilitační projekty, semináře, kurzy, výstavy apod. (Život90, 2008-2009)

- **Gerontologické centrum** – jedná se o příspěvkovou organizaci městské části Praha 8, která vznikla v roce 1992. Její ředitelkou je Iva Holemrová. Zce spolupracují s Českou alzheimerovskou společností a občanským sdružením GEMA. Jejich cílem je zejména poskytování zdravotních a sociálních služeb především občanům Prahy 8. Mezi jejich služby patří denní stacionář, lůžková část, osobní asistence, domácí péče či ambulance. Pořádají také různé vzdělávací kurzy. (Gerontologické centrum, neuvedeno)

- **Domov Sue Ryder** – je obecně prospěšná společnost, která takto funguje od roku 2002, avšak již roku 1994 bylo založeno Sdružení Sue Ryder. Poskytují především sociální služby pro seniory. V současné době nabízejí domov pro seniory, osobní asistenci, poradenství a půjčovnu kompenzačních pomůcek. Jejich posláním je podporovat, aby senioři prožívali důstojné stáří, zůstávali součástí přirozeného společenství a objevovali drobné radosti života. Usilují o to, aby senioři samotní rozhodovali o míře a způsobu zajištění potřebné podpory a péče. (Domov Sue Ryder, 2013)

- **Diakonie Českobratrské církve evangelické (ČCE)** – navázala na činnost České Diakonie, která fungovala do roku 1952, kdy byla kvůli totalitnímu režimu zrušena. Jako Diakonie ČCE pak znovuobnovila svou činnost v roce 1989. Jejím posláním je organizovat, zajišťovat a poskytovat ve svých zařízeních sociální, zdravotní, pedagogickou a pastorační péči lidem, kteří se v důsledku věku, zdravotního postižení, nemoci, osamocení či ohrožení dostali do nepříznivé životní situace. Pomáhají všem lidem bez ohledu na jejich vyznání. Svou činnost realizují zejména prostřednictvím organizačních jednotek, především středisek Diakonie, nadací a nadačních fondů apod. Pro seniory poskytují terénní, ambulantní i pobytové služby, a to služby pečovatelské, ošetřovatelské, osobní asistenci, centra denních služeb, denní i týdenní stacionáře a domovy pro seniory. Mimoto nabízejí ještě odlehčovací služby či sociální služby ve zdravotnictví. (Diakonie ČCE, 2013)

- **Svaz důchodců České republiky –** je občanským sdružením, které bylo založeno v roce 1990. Jeho posláním je ochrana práv a oprávněných zájmů důchodců bez rozdílu jejich národnosti, rasy, politického přesvědčení a náboženského vyznání. Zajišťují sociální, zdravotní a jiné služby. Poskytují konzultační a poradenskou činnost, zaměřují se na volnočasové aktivity ve všech možných oblastech, zprostředkovávají zájezdovou činnost a rekreační pobyty a vyvíjí mezinárodní aktivity směřující ke spolupráci s organizacemi seniorů v cizině. (SDČR, 2013)

- **Univerzita Karlova** – je jednou z mnoha českých vysokých škol, která poskytuje možnost celoživotního vzdělávání pro seniory v rámci programu Univerzity třetího věku. Jedná se o zájmově orientovaný obor pro osoby v postproduktivním

věku. Jejím posláním je otevření univerzitních zdrojů poznatků, vědomostí a dovedností osobám v seniorském věku a mezigenerační učení. Cílem těchto programů je tedy poskytnout seniorům možnost, aby se kvalifikovaně a na univerzitní úrovni mohli systematicky seznamovat s nejnovějšími poznatky v oblasti vědy, historie, politiky, kultury apod. Univerzity třetího věku zároveň plní sociální funkci a motivují seniory k další aktivitě. Tento program nabízí téměř všechny fakulty Univerzity Karlovy. (Univerzita Karlova, 2013)

Jak můžeme vidět i na těchto několika málo příkladech, funkce nestátních neziskových organizací je pro seniory v České republice nezastupitelná. Stát by sám nedokázal zajistit potřeby všech seniorů, a proto je tolik důležitá vzájemná spolupráce mezi ním a nestátními organizacemi, které pečují o seniory. Tyto organizace mají možnost poskytovat mnohdy kvalitnější a specifičtější péči, než je tomu u ústavních zařízení.

6 Stereotypy vyskytující se vzhledem k chápání stáří

V dnešní době se stále častěji setkáváme s problematikou stáří a seniorů, především ve spojení s přibýváním starých lidí v populaci. Témata, která nám prezentují sdělovací prostředky, většinou nebývají příliš lichotivá. Probírá se zejména nedostatek financí na vyplácení důchodů či nedostatek lůžek pro seniory s potřebou dlouhodobé péče. Není tedy divu, že se utváří představa negativního vnímání seniorů ve společnosti. V této kapitole objasním, jakým způsobem jsou staří lidé v naší společnosti vnímáni ve skutečnosti.

6.1 Věková diskriminace

V současnosti se pohled na stáří v některých případech změnil tak radikálně, že můžeme mluvit až o averzi vůči starým lidem a všemu, co stáří připomíná. Pro takový postoj se vžil název **ageismus** (age = věk), který zatím u nás nemá český ekvivalent. (Haškovcová, 2010) Tento výraz zavedl v roce 1968 gerontolog R. Butler. Převážně se jedná o věkovou diskriminaci starých lidí, ale tato diskriminace se může týkat i lidí, kteří ještě v důchodovém věku ani nejsou. (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012) Jedná se například o situaci, kdy se zaměstnavatelé ucházejí pouze o mladé a výkonné pracovníky a lidem ve věku nad 45 let v podstatě nedají šanci. I z takových důvodů se pak utváří napětí mezi stárnoucími lidmi a nastupující mladší generací.

Čevela, Kalvach a Čeledová (2012) uvádí ještě další druh diskriminace, který se týká podceňování soběstačnosti křehkých lidí, jež jsou v duchu sociálního darwinismu považováni za bezcenné a neschopné osoby. Takovou diskriminaci nazývají **frailtizmus**, podle anglického slova frailty, neboli křehkost.

Za nejběžnější formu věkové diskriminace lze však považovat negativní předsudky a stereotypizaci starších lidí. *„Té se nejčastěji dopouštějí média prezentováním starších lidí jako obecně nezdatných, neschopných, pasivních, jako příjemců služeb, dávek či bezbranných obětí podvodů a jiných trestných činů.“* (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012, s. 108) Se stejným názorem se setkáváme i u Saka a Kolesárové (2012), podle nichž lidé mnohdy nerozlišují mezi skutečným vědomím společnosti a tím, co prezentují média a politici. *„Média stále více brání společenské reflexi, utváření postojů, názorů a hodnot řadou mechanismů.“* (Sak, Kolesárová, 2012, s. 156) I Haškovcová (2010) nalézá problém

ze strany politiků, kteří podle ní zaměřují svou pozornost v souvislosti se stářím především na penzijní reformy, čímž způsobují, že společnost vnímá staré lidi jako ekonomickou zátěž.

6.2 Současný obraz stáří ve společnosti

Média a politická stanoviska bezpochyby mají jistý vliv na vnímání seniorů v české společnosti, ale zajímavé je, že skutečné smýšlení lidí se od negativního mediálního obrazu poměrně odlišuje. Důkazem je výzkum Saka a Kolesárové (2012), kteří zkoumali názory české společnosti na problematiku stáří a seniorů. Respondenty rozdělili do dvou skupin, a to na seniory, neboli osoby starší 61 let a na zbytek populace, tedy osoby od 15 do 60 let. Tito respondenti se pak vyjadřovali pomocí pětistupňové škály k jednotlivým výrokům týkajících se fenoménů stáří.

Pravdou je, že negativních postojů ke stáří si všímá 56% seniorů a 40% mladší populace, jedná se však především o kontrast s vnímáním stáří v historii. Oproti minulosti se totiž vztahy mladší generace se starší generací opravdu velice zhoršily. Nicméně pokud jde o názory populace na jednotlivé fenomény stáří, zde se autoři setkali s překvapivě kulturním a sociálním hodnocením, odlišným od názorů prezentovaných politiky, médii a experty na důchodovou reformu. (Sak, Kolesárová, 2012)

Například u zmíněného názoru, že **senioři představují finanční zátěž pro společnost**, zhruba 60% všech respondentů tento názor odmítlo. Asi pětinu populace, která se s tímto názorem ztotožnila, považují autoři za neoliberálně smýšlející sociální darwinisty. Na druhou stranu asi 64% mladší a střední generace a dokonce 77% seniorů se domnívá, že **by se měl člověk na stáří připravit tak, aby byl co nejméně závislý na pomoci svých dětí**, což se týká i pomoci finanční. Na představu, že **ekonomicky aktivní lidé musejí živit seniory**, se kterou souhlasí 52% seniorů a 53% ostatní populace, je možné se dívat ze dvou různých úhlů pohledu. Jedním pohledem může být negativní názor, že pracovití lidé musejí živit seniory na úkor své životní úrovně. Druhý možný výklad je ten, že společnost má vůči seniorům odpovědnost a musí se o ně ve stáří postarat, tak jako se oni starali o mladší generaci, o své děti, často až daleko za hranici jejich dospělosti. (Sak, Kolesárová, 2012)

Názor, že **senioři mají ve společnosti nezastupitelnou funkci,** zastává 66% seniorů a 57% ostatní populace a ještě větší procento lidí si myslí, že **senioři mají významnou úlohu pro rodiny svých dětí** (81% seniorů, 78% ostatní populace). Babičky a dědečkové usnadňují život mnoha rodičům tím, jak starostlivě a s láskou pečují o svá vnoučata, vodí je na kroužky, starají se o ně, když jsou nemocná, nebo si je k sobě berou na prázdniny. Zastávají tak ve svých rodinách mnoho různých funkcí od finanční, ekonomické a pečovatelské až po výchovnou, sociální či psychickou podporu. (Sak, Kolesárová, 2012)

Především v obdobích vysoké nezaměstnanosti se častěji objevuje názor, že **senioři by neměli zabírat pracovní místa mladším** lidem (se kterým ve výzkumu souhlasilo 43% seniorů), a také, že **jejich nedostatečná počítačová gramotnost jim brání v pracovních aktivitách** (48% seniorů a 53% ostatní populace). (Sak, Kolesárová, 2012) Tato problematika je ovšem trochu komplikovanější. Mnoho seniorů si musí přivydělávat ještě dlouho po nastoupení do penze, protože jejich důchody jim zkrátka nestačí na pokrytí veškerých vysokých nákladů, spojených především s bydlením a zdravotnickou péčí nebo na udržení určité životní úrovně. Dalším problémem je stále se zvyšující věk odchodu do důchodu, kdy jsou lidé nuceni pracovat až do značně pokročilého věku, pokud nechtějí žít na nízkých sociálních dávkách, či jít do předčasného důchodu.

Co se týče počítačové gramotnosti, tento výrok není úplně pravdivý, protože ze současných seniorů ve věku šedesát až sedmdesát let již téměř 40% z nich využívá počítač a internet. (Sak, Kolesárová, 2012) Já sama znám ve svém okolí mnoho seniorů, včetně obou mých babiček i dědy, kteří umí s počítačem i internetem zacházet, přestože se ve své práci ani nikde jinde s potřebou používat počítač nesetkali. Také se setkávám s tím, že jiní senioři zvažují, že se to také naučí, když vidí jak lidem v jejich okolí počítače a internet usnadňují život a především přístup k informacím. Dokazuje nám to i názor, že **s prodlužující se střední délkou života se bude prodlužovat životní období, v němž bude člověk ve společnosti plnohodnotně aktivní**, se kterým souhlasí 67% seniorů a 58% ostatní populace. (Sak, Kolesárová, 2012)

Jak tedy můžeme vidět, názory české společnosti na problematiku stáří se skutečně poněkud odlišují od převážně negativních obrazů, které nám prezentují média a politici.

V předchozích odstavcích jsme si však mohli všimnout další zajímavé skutečnosti. Totiž, že u všech výroků, ať negativních či pozitivních, se názory seniorů téměř shodovaly s názory ostatní populace. Důvodem tohoto jevu může být tendence seniorů přebírat stereotypy, které jim o stáří nabízí mladší generace a nezřídka se s těmito názory identifikovat. *„V praxi se to projevuje výraznou ambivalencí v hodnocení vlastní situace. I když jsou stárnoucí a staří lidé spokojeni a žijí aktivně, domnívají se, že vlastně žijí „špatný život“.“* (Haškovcová, 2010, s. 35)

6.3 Nevyužitý potenciál seniorů

Na jednu stranu se objevují názory, že senioři zabírají pracovní místa mladším a že jsou přítěží společnosti, ale je třeba se na to dívat i ze strany druhé. Vzhledem ke stále se zvyšujícímu počtu seniorů v naší zemi, bychom se měli zaměřit na to, jak co nejvíce v budoucnosti využít jejich potenciál. Názor, že **společnost má využívat zkušenosti, dovednosti a znalosti seniorů** zastává 73% seniorů a 60% ostatní populace. Téměř stejné procento lidí si dokonce myslí, že **zkušenosti, znalosti, dovednosti, názory, hodnoty a postoje seniorů jsou nenahraditelným bohatstvím společnosti**. (Sak, Kolesárová, 2012)

Dosud však u nás není řešení této problematiky příliš rozšířeno. Jak už jsem zmínila, politici se zabývají především problémy spojenými s financováním stáří a senioři samotní se většinou moc angažovat nechtějí, nebo se zdráhají. S názorem, že **naše společnost nedostatečně využívá kvalifikační a vzdělanostní potenciál seniorů**, souhlasí až 42% seniorů a 31% ostatní populace. (Sak, Kolesárová, 2012) Všechna práce pak obvykle zůstává na gerontologických centrech a neziskových organizacích zabývajících se stářím a starými lidmi, kteří se snaží potenciál seniorů nalézat, využívat a případně rozšiřovat.

Příkladem může být Gerontologické centrum v Praze se svým programem Burza seniorů, o kterém se zmiňuje Iva Holmerová, ředitelka Gerontologické společnosti, v článku pro časopis Respekt (Třešňák, 2012, č. 23, s. 46): *„…staří lidé mohou nabídnout ostatním své služby, třeba drobnou opravu, přišití zipu u kalhot nebo cokoli jiného. Senioři jsou nevyužité bohatství a je na společnosti, jak s ním naloží.“* Holmerová také v tomto článku uvádí příklad Ameriky, kde senioři hlídají ráno před školou přechody, aby se děti

dostaly do školy v pořádku, nebo příklad Norska, kde existují seniorské rady, které se pravidelně scházejí a výkonné orgány mají povinnost je přinejmenším vyslechnout.

Především u křehkých, nemocných seniorů někdy stačí i drobný kontakt a zapojení do okolního světa, aby se zabránilo jejich osamělosti a sociálnímu vyloučení. A právě v tomto lze spatřovat budoucí potenciál pro naši společnost a skryté bohatství seniorů, kterému je potřeba věnovat pozornost.

7 Metodologická část

V metodologické části své práce se zaměřím na konkrétní organizaci, která se zabývá pořádáním volnočasových aktivit pro seniory. Jedná se o občanské sdružení s názvem Sdružení důchodců, jež působí v Újezdě nad Lesy. Tuto lokalitu jsem si vybrala z toho důvodu, že se jedná o místo mého bydliště, tudíž pro mě bude snazší se zde zorientovat a dostat se k potřebným informacím. Jelikož mezi seniory bych byla kdekoliv tzv. výzkumníkem outsiderem, v Újezdě nad Lesy jsem pro místní seniory zároveň i insiderem[2], protože obec a její prostředí znám stejně dobře jako oni. To se mi také při výzkumu velmi hodilo, protože respondenti, se kterými jsem mluvila, hojně používali výrazy, kterým by člověk „odjinud" nerozuměl.

V Újezdě nad Lesy se nachází mnoho neziskových organizací, které věnují svou pozornost seniorům. Je zde například Český červený kříž, Český svaz včelařů, Český zahrádkářský svaz, Šachový klub SK Újezd nad Lesy a samozřejmě také Sdružení důchodců, které jsem zvolila z toho důvodu, že je zaměřeno čistě jen na seniory a je také pouze seniory vedeno, tudíž je pro můj výzkum nejvhodnější.

Mým cílem je zjistit, jakým způsobem Sdružení důchodců funguje, co je jeho posláním a jak zvládá vyjednávat své působení v rámci obce. Bude mě zajímat, jak organizuje svou činnost, s jakými problémy se setkává, jaké podpory se mu dostává či nedostává, a zároveň subjektivní názory jednotlivých aktérů na roli seniorů ve společnosti, jejich občanskou angažovanost a vůbec pohled na stáří jako takové.

7.1 Výzkumné otázky

V rámci výzkumu se pokusím odpovědět na tyto výzkumné otázky:

- Jak funguje Sdružení důchodců?
- Jakým způsobem je jeho působení vyjednáváno ze strany jeho aktérů?
- S jakým přístupem jednotlivců či organizací se Sdružení důchodců setkává?

[2] Tyto termíny se objevují v práci Delmose J. Jonese (2006), který rozlišuje výzkumníka outsidera, neboli cizince, jež vstupuje do společnosti či skupiny, do které sám nepatří, a výzkumníka insidera, který je naopak součástí kulturní, rasové či etnické skupiny, kterou zkoumá.

- Jaké stereotypy vzhledem k chápání stáří vnímají jednotliví aktéři?
- Jaké jsou vlastní zkušenosti a zážitky jednotlivých aktérů s vnímáním stáří?

7.2 Výzkumná strategie

Vzhledem k povaze výzkumných otázek jsem si zvolila kvalitativní strategii výzkumu, jež mi umožní lépe porozumět danému problému. Jedná se o induktivní způsob zkoumání, kdy nám hloubkové studium jednotlivých případů umožňuje převést danou sociální realitu do širšího sociálního kontextu. (Hendl, 2005, s. 49 – 63)

Kvalitativní výzkum má pružný charakter, jeho plán se v průběhu zkoumání proměňuje a přizpůsobuje podle okolností a dosud získaných výsledků. (Hendl, 2005, s. 49 – 63) Ve svém výzkumu budu mít možnost získat co nejvíce informací od úzkého okruhu respondentů, tedy od organizátorek Sdružení důchodců a zároveň jít při jejich dotazování více do hloubky. Právě hodnota získaných informací mi totiž může zaručit vysokou validitu výzkumu.

Jelikož se ve svém výzkumu snažím o detailní studium jednoho případu a nasbírání velkého množství dat od několika málo jedinců, které na konci studie zařadím do širších souvislostí, bude se jednat o případovou studii. (Hendl, 2005)

7.3 Techniky sběru dat

Jako hlavní techniku sběru dat jsem si zvolila kvalitativní metodu rozhovoru, jelikož mě zajímá subjektivní názor respondentek na fungování Sdružení důchodců a jejich subjektivní vnímání stáří.

Konkrétně použiji techniku polostrukturovaného rozhovoru, protože možnost pokládat otázky a zároveň nechat respondenta volně hovořit se mi zdá jako vhodná metoda, jak nejlépe získat informace, které pro svůj výzkum potřebuji. Výhodou je i to, že jsem si již v rámci jednoho školního předmětu tuto metodu vyzkoušela v praxi. Dopředu si vypracuji osnovu otázek, kterou se naučím nazpaměť a v průběhu rozhovoru budu měnit pořadí otázek podle potřeby a nastalé situace.

Na základě výzkumných otázek jsem si vymezila pět okruhů otázek pro rozhovor:

1. Okolnosti vzniku Sdružení důchodců a role jednotlivých aktérů
2. Infrastruktura pro podporu stáří a její hodnocení zainteresovanými aktéry
3. Přístup ke Sdružení důchodců ze strany jednotlivců a organizací
4. Stereotypy vyskytující se vzhledem k chápání stáří
5. Osobní příběhy a zážitky ze života zainteresovaných aktéru spojené s vnímáním stáří

Pokud mi to bude umožněno, budu rozhovor nahrávat na diktafon a poté ho přepíši. Díky tomu budu schopna se plně soustředit na probíhající rozhovor, klást doplňující otázky a všímat si i neverbálních projevů. Místo setkání přizpůsobím přání respondentů, aby se cítili co nejlépe.

Zároveň jsem si jako druhou a doplňující techniku sběru dat zvolila zúčastněné pozorování, díky kterému budu mít možnost získat náhled na stejné otázky od Sdružení důchodců jako celku. Zajímavé pak bude porovnat, v čem se tyto pohledy liší či shodují. Dále budu mít možnost zažít fungování tohoto sdružení v praxi, což budu moci také porovnat s výpověďmi jednotlivých organizátorek.

Zúčastněné pozorování budu provádět vždy, když se mi naskytne příležitost. Abych splnila podmínku účasti, nabídnu Sdružení důchodců svou dobrovolnou pomoc s chodem organizace. Při pozorování si budu zapisovat heslovité poznámky, které pak co nejdříve přepíši do podoby terénních poznámek a terénního deníku. Nejprve začnu s pozorováním popisným, kdy bude mým cílem zaznamenat celkový obraz prostředí, lidí a událostí. Poté provedu fokusované pozorování, kdy se zaměřím na konkrétní relevantní procesy a problémy a nakonec uskutečním selektivní pozorování, kdy budu hledat další příklady a doklady pro nalezené typy chování a procesů. (Hendl, 2005, s. 195)

Informovaný souhlas s účastí na výzkumu si nahraji na diktafon při každém rozhovoru. Vzhledem k tomu, že přístup do Sdružení důchodců mi umožnila předsedkyně tohoto sdružení, dále by měl při zúčastněném pozorování platit souhlas neodporováním. S podmínkami výzkumu budou seznámeni všichni členové skupiny a bude jim umožněno se výzkumu neúčastnit.

V empirické části této práce se dále budu ve zkratce zabývat veřejným životem v Újezdě nad Lesy, aby bylo možné pochopit fungování zvolené organizace v kontextu obce. Zaměřím se na formálně dostupné prameny o veřejném životě v obci a případně stanovisku politických i veřejných zájmových sdružení k seniorům či ke Sdružení důchodců. Využiji tedy metodu studia dokumentů.

7.4 Výzkumný vzorek a prostředí výzkumu

Jak jsem již zmínila, výzkum budu provádět v rámci Sdružení důchodců, v jehož čele stojí šest žen, seniorek. Rozhovor provedu se všemi, protože každá zastává v rámci sdružení trochu jinou funkci, takže všechny výpovědi pro mě budou hodnotné.

Uvedla jsem, že v místě mého bydliště se nachází mnoho organizací, které se zaměřují na seniory, a že jsem si účelně vybrala právě Sdružení důchodců, jelikož jeho činnost nejvíce odpovídá mému výzkumnému problému. Z toho důvodu je i výběr vzorku plně účelový. Každá žena zastává ve sdružení svou důležitou roli, a proto nesmí být žádná opomenuta.

Homogenita vzorku spočívá v tom, že všechny ženy společně působí ve Sdružení důchodců, že jsou všechny v důchodovém věku a samozřejmě také v tom, že se jedná pouze o ženy. Heterogenitu zase zajišťuje skutečnost, že každá má svůj vlastní pohled na daný problém a každá má ve sdružení jinou náplň práce.

Prostředí výzkumu je vymezeno oblastí působnosti Sdružení důchodců, které však nemá jedno stálé sídlo. Schůze sdružení obvykle probíhají v zasedací místnosti místního úřadu nebo doma u některé z organizátorek. Scházejí se pravidelně jednou až dvakrát za měsíc a plánují nadcházející akce a výlety. Na konci si vždy stanoví termín dalšího setkání. Časové rozmezí samotného výzkumu bude trvat minimálně 4-5 měsíců a bude záležet na četnosti příležitostí k uskutečnění rozhovorů i pozorování.

7.5 Analytické postupy

Pro přepis rozhovorů zvolím techniku doslovné transkripce. Budu tak mít možnost rozhovor podrobně vyhodnotit. V případě, že budu chtít některé části rozhovorů zveřejnit, použiji techniku redigované transkripce, aby byl text pro čtenáře srozumitelný.

K analýze dat z rozhovorů použiji techniku otevřeného kódování, segmentace a poznámkování. Tyto postupy jsem si zvolila z toho důvodu, že mi nejlépe umožní porovnat výpovědi jednotlivých informátorů a pochopit význam jejich sdělení. Budu pozorně pročítat text, označovat úryvky v textu, které se zdají být důležité, vytvářet kódy a nakonec hledat v textu významy daných tvrzení. Přepsaný rozhovor tedy rozdělím do analytických jednotek, které budu dále rozpracovávat. Použité kódy si budu zapisovat do kódovací knihy i s charakteristikou, která mi usnadní jejich další použití. Kódy dále budu kategorizovat, neboli seskupovat pojmy s podobným významem. Během analýzy si budu dělat poznámky, které mi budou nápomocné při interpretacích a tvoření závěrů. (Hendl, 2005)

Při analýze rozhovorů mě budou zajímat především výpovědi vztahující se ke zvoleným výzkumným otázkám, tzn., jakým způsobem organizace funguje, jaké role v ní zastávají jednotliví aktéři, jaké podpory se Sdružení důchodců dostává, jak se jim daří vyjednávat své působení, s jakým přístupem se setkávají, ale také jak vnímají stáří a jaké jsou jejich vlastní zkušenosti a životní příběhy.

Pro analýzu dat ze zúčastněného pozorování použiji stejné postupy jako při analýze rozhovorů. Nejprve se zaměřím na popis studované skupiny, poté provedu analýzu témat zkoumané skupiny a interpretuji jednotlivé významy v datech. *„Provádíme kódování dat. Snažíme se tímto způsobem identifikovat a extrahovat témata. Odhalujeme nápadné konfigurace jazykových projevů nebo chování lidí ve skupině… Používáme při tom techniku „nepřetržitého porovnávání“ – bereme každý segment dat a sledujeme jeho relevanci k dosud navrženým kategoriím.“* (Hendl, 2005, s. 239)

Nakonec porovnám, v čem se získané interpretace navzájem shodují či odlišují. Budu mít možnost zjistit, jakým způsobem aktéři jednají jako skupina a jaké jsou naopak názory jednotlivců.

7.6 Hodnocení kvality výzkumu

Vzhledem k tomu, že jsem si zvolila kvalitativní strategii výzkumu, musím věnovat pozornost několika důležitým faktorům. V prvé řadě nesmím jako badatel vnášet do výzkumu své subjektivní názory a ovlivňovat tak závěry výzkumu či vyjádření informátorů. Dále je potřeba si uvědomit, že i účastník výzkumu se může dopustit

zkreslování informace, pokud se bude snažit říkat to, co si myslí, že chci slyšet nebo bude některé informace zatajovat, případně se bude chtít ukázat v lepším světle. V obou případech se jedná o reaktivitu, která musí být včas odhalena. Zkreslování ze strany respondentů lze zčásti zabránit zdůrazněním anonymity jejich výpovědí, což může vést k jejich větší otevřenosti a upřímnosti.

Z mé strany by mohlo dojít k subjektivnímu ovlivnění z toho důvodu, že si již delší dobu ve svém okolí všímám případů diskriminace a nerespektování seniorů[3], a proto s nimi často souhlasím, když mají pocit, že se jim právě toto děje. V tomto ohledu se tedy budu snažit o vlastní nezaujatost.

Jelikož je nezbytné, aby byla u kvalitativního výzkumu zajištěna co nejvyšší validita, musím si jasně určit cíle a postupy projektu, používat různorodé zdroje informací, celou práci průběžně hodnotit a nezkreslovat žádné získané informace. Také budu práci průběžně konzultovat se svým školitelem, ale i s jinými profesory, kteří se na danou oblast specializují. (Hendl, 2005)

7.7 Etické otázky výzkumu

Pokud jde o etickou stránku mého výzkumu, budu se držet tzv. 4 pilířů etiky v sociálních vědách. Jasně a srozumitelně respondenty informuji o cílech a průběhu svého výzkumu, ubezpečím je o naprosté anonymitě a vyžádám si jejich informovaný souhlas s participací na výzkumu. Také jim vysvětlím, že mohou svou účast na projektu kdykoliv ukončit. Získanými informacemi v žádném případě nesmím respondenta nijak ohrozit ani poškodit. Pasportizační údaje respondentů budu mít pečlivě uschované a zaheslované na jiném počítači než přepisy rozhovorů a jiná data, u kterých bude zachována anonymita. Přepsané rozhovory budu mít k dispozici pouze já a případně vedoucí mé práce. Budu se snažit, aby se informátoři v průběhu zkoumání cítili příjemně a uvolněně, abych na ně působila důvěryhodně a nebáli se mi otevřít. Vždy budu respektovat jejich přání a názory. V neposlední řadě se budu snažit také o správnost a důvěryhodnost dat a o to, abych se při analýze dat nedopustila žádných chyb. Dále je

[3] Pro tento problém se v poslední době vžil název „ageismus“. Vysvětlení viz. kapitola 6.

potřeba si dát velký pozor na plagiátorství, kterému předejdu řádným odkazováním, citacemi a bibliografií.

Jelikož se lidé ve Sdružení důchodců pravidelně scházejí a velmi dobře se znají, bude důležité dát si velký pozor na zajištění skutečné anonymity. Jména jednotlivých aktérek sdružení spolu s náplní jejich práce uvedu pouze na začátku popisu sdružení, potom však v souvislosti s konkrétními výpověďmi respondentek či informacemi získanými z pozorování, tato jména uvádět nebudu. Rozhodla jsem se také nepřikládat k této práci přepisy rozhovorů ani terénní zápisky, protože obsahují citlivé informace a nebylo by možné zajistit jejich anonymitu.

8 Empirická část

8.1 Průběh výzkumu

Sdružení důchodců jsem poprvé kontaktovala na začátku listopadu 2012. Když jsem předsedkyni sdružení informovala o svém záměru provádět u nich výzkum pro svou bakalářskou práci, ihned mě pozvala na schůzi jejich výboru, která se konala 8.11.2012. Zde jsem všem zúčastněným nastínila cíle svého výzkumu a nabídla jim, že bych zároveň ráda jejich sdružení pomáhala jako dobrovolník. S mojí nabídkou souhlasili a na další setkání jsem byla pozvána 6.2.2013, poté jsem se s nimi scházela pravidelně jednou za měsíc až do května 2013.

Rozhovory s jednotlivými aktéry jsem provedla v průběhu dubna a května 2013. Jedna ze šesti respondentek bohužel musela neočekávaně na delší dobu do nemocnice a jiná mi rozhovor odmítla poskytnout, takže jsem uskutečnila pouze čtyři rozhovory. Všechny respondentky mi však poskytly bohaté množství informací a na všechny otázky mi ochotně odpověděly. Vzhledem k tomu, že jsem se v průběhu pozorování i rozhovorů dostala k některým citlivým informacím, rozhodla jsem se přepsané rozhovory nepřikládat. Také bych nemohla zajistit anonymitu jednotlivých respondentek, protože jak organizátorky Sdružení důchodců, tak i mnoho občanů Újezdu nad Lesy, se velmi dobře a důvěrně znají. Návrh otázek k rozhovoru je k nahlédnutí v Příloze 1.

8.2 Výsledky výzkumu a jejich interpretace

Výsledky výzkumu jsem se rozhodla rozčlenit podle pěti okruhů, jež jsem si stanovila pro rozhovorové otázky. Tyto okruhy odpovídají tématům stanovených ve výzkumných otázkách. Informace zde čerpám jak z výpovědí respondentek, tak z terénních zápisků vzniklých při jednotlivých pozorováních. Dalším zdrojem informací je také analýza dokumentů vztahujících se k infrastruktuře městské části Újezd nad Lesy.

8.2.1 Okolnosti vzniku Sdružení důchodců a role jednotlivých aktérů

Sdružení důchodců bylo oficiálně zaregistrováno jakožto občanské sdružení 15.3.2002 na Ministerstvu vnitra. Nicméně v Újezdě nad Lesy fungovalo již dlouho předtím pod

vedením paní Květy Svátkové[4], která začala pořádat různé volnočasové aktivity pro újezdské seniory od roku 1990. Paní Svátková byla předsedkyní Sdružení důchodců až do roku 2008, kdy ji vystřídala paní Vlasta Novotná, která je předsedkyní sdružení dodnes. V současné době je v čele výboru šest žen v důchodovém věku, které se starají o činnost organizace. Paní Novotná je formální autoritou sdružení a má na starost především organizaci zájezdů či jiných aktivit. Paní Irena Krajzingrová se stará o kroniku sdružení, připravuje kulturní akce, poutací plakáty a vývěsky a doporučuje různá divadla a výstavy, které sama předem navštěvuje. O veškeré finanční záležitosti se stará paní Dana Kovanicová. Jednatelkou Sdružení důchodců je paní Helena Vojtová, která má na starosti hlavní komunikaci s úřadem a podávání příspěvků do Újezdského zpravodaje. Zároveň je členkou Komise volnočasových aktivit v Újezdě nad Lesy a předává tak sdružení tyto informace. Paní Emilie Poláková se stará o evidenci členů a zasílá gratulace k narozeninám. A nakonec paní Anna Vlková buď podává příspěvky do zpravodaje, nebo zařizuje, co je zrovna potřeba. Celé sdružení je vedeno spíše v přátelském duchu a především na dobrovolné bázi, jelikož jeho aktérky nedostávají za svou práci žádnou finanční odměnu. V současné době má Sdružení důchodců zaregistrováno 269 členů.

Posláním Sdružení důchodců je umožnit starým lidem, aby prožívali své stáří aktivně, aby neseděli pouze doma, ale podívali se také na jiná místa, kam by se sami nejspíš nevypravili, měli různé zážitky a dostali se do společnosti svých vrstevníků, ale i mladší generace. Jejich cílem je zpestřovat život seniorům ve stáří, bránit sociální izolaci a prohlubovat sociální kontakty. Zkrátka přispívat ke kvalitě života starých lidí.

Výbor Sdružení důchodců se schází vždy jednou za měsíc, obvykle v zasedací místnosti Úřadu, protože nemá jedno stálé sídlo. Zde plánuje nadcházející události, řeší organizační problémy, finance a domlouvá se na dalších potřebných úkolech. Často spolupracuje i s jinými organizacemi, které jsou zacílené převážně na seniory, a společně s nimi organizuje některé akce nebo pomáhá tyto akce financovat. Jedná se například o Český zahrádkářský svaz, Svaz postižených civilizačními chorobami o. s. nebo Český červený kříž.

[4] Více o paní Svátkové viz Příloha 2

Impulz k participaci na organizování aktivit pro Sdružení důchodců byl u většiny aktérek dvojího typu. Buď byl spojen s pocitem osamělosti zapříčiněným ztrátou manžela, kdy se respondentky potřebovaly znovu začlenit do společnosti a začít žít aktivněji, aby snáz překonaly těžkou životní situaci. Nebo si je vyhledalo samotné sdružení a požádalo je o pomoc s jejich působením.

8.2.2 Infrastruktura pro podporu stáří a její hodnocení zainteresovanými aktéry

V Újezdě nad Lesy byl v červnu roku 2012 vypracován Strategický plán rozvoje Městské části Praha 21 na období deseti let. Jeho hlavním smyslem je koncepčně zkvalitňovat rozvoj městské části společně s občany a různými organizacemi a slaďovat jednotlivé zájmy tak, aby městská část prosperovala jako celek. Tento strategický plán je součástí projektu místní Agendy 21, ke které se MČ Praha 21 rozhodnutím zastupitelstva ze dne 22.3.2011 přihlásila, a která je součástí projektu Zdravé město pod vedením Národní sítě Zdravých měst, jejíž členem je MČ Praha 21 od dubna 2012. (Praha 21, 2012)

Místní Agenda 21 je mezinárodní program zvyšování kvality veřejné správy, který vede k praktickému zavádění zásad udržitelného rozvoje při současném zohledňování místních podmínek. Jeho cílem je zvyšování kvality života obyvatel v oblasti rozvoje ekonomiky, sociální soudržnosti a zachování přírodního bohatství, a to nejen pro generaci současnou, ale i ty budoucí. Jedná se o časově náročný proces, který své cíle naplňuje prostřednictvím zkvalitňování veřejné správy včetně zavádění metod strategického plánování a řízení, zapojování veřejnosti do spolurozhodování a konání osvětových a vzdělávacích aktivit. Během července a srpna 2011 se občané mohli vyjádřit v Anketě MČ k různým oblastem, které ovlivňují jejich život v Újezdě nad Lesy. V září byla tato anketa vyhodnocena a následovaly veřejné diskuze nad problémy u tzv. kulatých stolů. Výstupy z těchto diskuzí se pak staly součástí Strategického plánu pro MČ Praha 21. Dotazníkové šetření bylo provedeno i mezi nestátními neziskovými organizacemi, aby měly možnost vyjádřit své potřeby a opomenuty nezůstaly ani děti ze základní školy, jež se podílí na nově vytvořeném Žákovském zastupitelstvu. (Praha 21, 2013)

Strategický plán rozvoje Újezdu nad Lesy se mimo jiné zabývá rozvojem volnočasových aktivit a sociálních a zdravotních služeb, což jsou oblasti, které se nejvíce týkají zdejších seniorů, a proto se na ně zaměřím.

Poskytování sociálních služeb zajišťuje Pečovatelská služba Úřadu městské části Praha 21 v rámci registrace pro ambulantní a terénní pečovatelskou službu. Nabízí terénní služby s denní kapacitou 50 klientů a služby ambulantní ve Středisku osobní hygieny s denní kapacitou 15 klientů. V roce 2011 využilo pečovatelskou službu 152 osob. Služby poskytují 4 pečovatelky a sociální pracovnice. Jejich hlavním cílem je umožnit osobám se sníženou soběstačností setrvat co nejdéle v jejich domácím prostředí. Pozitivním výsledkem je, že většina rodin v Újezdě nad Lesy se dokáže s využitím terénních pečovatelských služeb o své seniory postarat. Pobytové služby zatím Újezd nad Lesy nenabízí, ale v rámci strategického plánu je výstavba Domu pro seniory na programu. Dále plánuje městská část zavést grantové řízení v sociálních službách, fond pro podporu občanů v aktuální nouzi či adresář poskytovatelů sociálních služeb v Újezdě nad Lesy i širším okolí. (Praha 21, 2012)

Zdravotní péči poskytuje občanům Újezdu nad Lesy Zdravotní středisko na Rohožníku, kde se nachází praktický lékař, interna, chirurgie, rentgen a ultrazvuk, rehabilitace, gynekologie, oční neurologie a zubař. V obci jsou k dispozici dvě lékárny, avšak není zde lékárna pohotovostní, ani samotná pohotovost. Podle strategického plánu má městská část v úmyslu zpracovat koncept rozvoje zdravotního střediska a plánovat zdravotní služby v souvislosti s problémy v městské části, dále vytvořit adresář zdravotnických služeb v širším okolí, nebo také realizovat kampaň Dny zdraví, která by se týkala osvěty ke zdravému životnímu stylu ve spolupráci s různými partnery. (Praha 21, 2012)

Pokud jde o volnočasové aktivity v Újezdě nad Lesy, různé kulturní vyžití pořádají místní sdružení a spolky nebo přímo městská část. Je zde Polyfunkční dům, kde se nachází taneční studio a prostory pro různé koncerty i jiné akce, dále Újezdské muzeum a Místní veřejná knihovna Újezd nad Lesy. V budově základní školy je divadelní sál, kde se pravidelně konají divadelní představení. Existuje zde 13 občanských sdružení se zaměřením na převážně organizovaný sport. V současné době je v Újezdě nad Lesy celkem 18 občanských sdružení, která se zabývají kulturou, sportem, osvětou, vzděláváním a společenskými akcemi pro děti, dospělé i seniory. Jejich činnost je

podporována grantovým systémem. Cílem strategického plánu v této oblasti je zlepšit informovanost veřejnosti o volnočasových aktivitách, rozšířit nabídku pestrých kulturních akcí v městské části s podporou mezigenerační spolupráce a spolupráce nestátních neziskových organizací, podpořit zřízení informačního a kulturního střediska, dále vytvořit centrum spolkové činnosti, tzv. komunitní centrum, podporovat vznik nových NNO, motivovat občany k dobrovolnictví apod. (Praha 21, 2012)

Nyní se zaměřím na hodnocení aktéry Sdružení důchodců. Tato organizace je podporována grantovým systémem Městské části Praha 21. Každý rok dostává grant kolem 20 000,- na svou činnost plus zhruba 5 – 10 000,- na organizaci Mezinárodního dne seniorů. Pro rok 2013 jim byl udělen grant 25 000,- na činnost a 10 000,- na Mezinárodní den seniorů. Z tohoto hlediska jsem se mezi nimi často setkávala s názorem, že je finanční příspěvek nedostatečný. *„No, obec nás podporuje hlavně finančně, těma grantama, ale nikdy toho není dost. Třeba my jsme žádaly o padesát tisíc a dostaly jsme pětatřicet. A když si vezmete, že jeden výlet je kolem deseti tisíc…oni jsou to vlastně dva výlety. No takže, moc se za to nedá dělat.“* (Rozhovor 2) Tento problém pociťují od doby, kdy se na místním úřadě po volbách v říjnu 2010 změnilo jak zastupitelstvo, tak starosta. *„Já si myslím, že než přišel tenhle pan starosta, tak to bylo celkem v pohodě, myslím si, že paní starostka uznávala naši práci a prakticky každý měsíc byla nějaká akce…i s tím grantem to bylo lepší.“* (Rozhovor 3)

Na druhou stranu vnímá sdružení i určitou podporu ze strany úřadu. Například Komise sociální politiky a zdravotnictví jim pomáhá s přípravou velkých kulturních akcí a někdy i finančně. Komise volnočasových aktivit se zajímá o jejich názory při přípravě některých událostí a informuje je o nadcházejících akcích apod. *„Když můžou, tak opravdu pomůžou.“* (Rozhovor 4)

Kromě finanční podpory ze strany místního úřadu dostává Sdružení důchodců někdy také sponzorské dary od soukromých podnikatelů nebo i od jednotlivců. Tyto sponzory si však v minulosti vždy samo vyhledalo.

8.2.3 Přístup ke Sdružení důchodců ze strany jednotlivců a organizací

Přístup ze strany úřadu vnímá Sdružení důchodců poněkud rozpolceně. Na jednu stranu se hodně zmiňuje o neshodách s panem starostou i s členy Komise volnočasových aktivit

či jinými zaměstnanci úřadu, někdy má dokonce pocit, že jsou jako senioři diskriminováni. Na druhou stranu zase vyzdvihuje ochotu pomoci v případě potřeby.

Představa pana starosty a Sdružení důchodců se asi nejvíce liší v tom, jaký druh aktivit by mělo sdružení pořádat. Zatímco Sdružení důchodců nejraději bere seniory pryč z Újezdu nad Lesy a jezdí s nimi na výlety do Prahy, mimo Prahu a někdy i do zahraničí, aby změnili prostředí a poznali nová místa, starosta by byl radši, kdyby pořádalo různé akce hlavně na území Újezdu nad Lesy a „nevyváželo" tak peníze ven. Všechny respondentky se mi zmínily o aktuální neshodě, která se týká převádění dětí přes přechody u škol. Starosta by si představoval, že by újezdští senioři měli ráno stát na přechodech u základních škol a převádět děti do školy. Ze strany Sdružení důchodců jsem se setkala s velkým nesouhlasem, protože mají obavu, že je cizí děti nebudou poslouchat a kdyby se jim něco stalo, bylo by to na jejich zodpovědnosti. *„Já si vůbec neumim představit, co by se se mnou dělo, kdybych tu službu měla a tomu dítěti se něco stalo, jaký by byly právní důsledky, to že pan starosta mi řekne, že mě vyškolí městská policie, a že já budu mít vestu, a že budu mít zastavovací terčík, to bych teda řekla, že je skoro málo."* (Rozhovor 1)

Ze strany členů sdružení se setkávají s pozitivní odezvou, hlavně pokud jde o zájezdy, kdy senioři vyráží autobusem mimo Prahu na různé výlety. Jsou vděční za možnost podívat se na místa, kam by se sami nedostali. *„Dokonce jedna paní měla úplně slzy v očích po minulém výletě, říkala: „Já vám tak strašně děkuju, já bych se tam nikdy nepodívala." Až mě to dojalo."* (Rozhovor 2) Nicméně častým problémem, se kterým se Sdružení důchodců potýká, je nedostatečná účast. Podle respondentek je pravděpodobně důvodem zejména špatný zdravotní stav seniorů nebo zkrátka jakási pohodlnost. Stejný problém mají i ostatní sdružení zaměřená na staré lidi, a proto často pořádají některé zájezdy společně, aby tak oslovila více lidí. Já jsem se schválně zúčastnila jedné akce, která byla vyhovující podle kritérií pana starosty, protože jsem chtěla zjistit, kolik členů se zúčastní. Jednalo se o vycházku na Nové Dvory[5] do místního Klánovického lesa, která byla dlouhá zhruba tři kilometry, ale velmi nenáročná. Ze sdružení šly na vycházku čtyři organizátorky a pouze dva členové, což je z celkového počtu 269 zaregistrovaných opravdu málo.

[5] Viz Příloha 3

Pokud jde o jiná sdružení a spolky, které působí v Újezdě nad Lesy, dá se říci, že Sdružení důchodců spolupracuje pouze se sdruženími, která jsou také zaměřená na seniory a jak už jsem zmínila, někdy s nimi pořádají různé akce. S těmito sdruženími mají tedy převážně kladné vztahy. S jinými spolky, které jsou zaměřené převážně na sport nebo na děti, příliš nespolupracují. Naopak zde vnímají spíše odlišnost zájmů.

8.2.4 Stereotypy vyskytující se vzhledem k chápání stáří

Na otázku „Co si myslíte o stáří?" mi respondentky odpovídaly většinou v tom smyslu, že by i starý člověk měl být co nejdéle aktivní, dělat to, co ho baví, zůstat co nejdéle soběstačný, protože jakmile ho ovládne strach a nemoci, pak už většinou ztrácí chuť do života. *„Když je člověk spokojenej, je v prostředí, který klape, a je to v pořádku, tak je i stáří hezký. Když vám tam něco začne scházet nebo se něco nevede, tak to stáří stojí za houby."* (Rozhovor 4) *„Já říkám, dokaď člověku slouží nohy, ruce, vidí, slyší, má dělat všecko co ho baví. Ale sem patří i třeba koupit si něco na sebe a někam se podívat…dělám prostě to, co chci dělat."* (Rozhovor 2)

Pohled na to, jak společnost v České republice vnímá staré lidi, měly všechny respondentky stejný. Senioři jsou podle nich spíše na okraji společnosti. Jsou médii a politiky prezentováni jako přítěž a názor na ně je spíše negativní. Také finanční ohodnocení seniorů od státu je podle nich nedostatečné, vzhledem k celoživotní práci, kterou odvedli, a téměř vždy vede k tomu, že je senior nucen snížit svou životní úroveň. *„Člověk je zvyklej na nějakou životní úroveň, z toho nutně musí slevit… a to si myslím, že není v pořádku. Já si myslím, ve srovnání s Evropou, že my jsme finančně na tom špatně jako důchodci… prostě ty lidi jdou do důchodu a nemusej slevit na tý životní úrovni, naopak si užívají. A my si tady nemůžem moc užívat, tady člověk opravdu kouká na každou korunu."* (Rozhovor 2)

Společnost by se podle respondentek měla chovat ke starým lidem s úctou, vážností a tolerancí a věnovat jim více pozornosti, více je přijímat jako plnohodnotnou součást společnosti. Senioři by zase naopak měli být slušní, vstřícní a snažit se pomáhat druhým, dokud to jde, být pokud možno přínosem pro společnost a pro svou rodinu. *„Já bych těm starým lidem přála, aby měli takovej klid, duševní klid, tu pohodu. Ať přispívaj a pomáhaj jakoliv to jde."* (Rozhovor 4)

Výhody stáří spatřují respondentky především ve větším množství volného času a s tím spojenou svobodou rozhodování. *„Výhodné je v tom, že jsem pánem svýho času, většinou, dělám to, na co jsem třeba neměla nikdy čas, nemusim vstávat, protože jsem celej život vstávala v pět, takže teď spím do půl sedmé.“* (Rozhovor 1) Mohou se více věnovat svým koníčkům, vnoučatům a rodině, mají svůj klid a pohodu. Předpokladem však je, že člověka nesmí trápit vážné zdravotní problémy. *„Není to úplně tak špatný, za předpokladu, že je člověk zdravej, strašně bych nerada byla nemocná, protože pak je to teda hrůza. Tam je opravdu člověk na obtíž těm mladejm, z toho života nemá nic.“* (Rozhovor 2) V nemocech a chatrném zdraví je tedy podle respondentek největší nevýhoda stáří. Druhou nevýhodou je pak už zmíněný nedostatek financí.

Během svých pozorování jsem se velmi často u aktérek Sdružení důchodců setkala s pocitem, že jsou jakožto senioři diskriminováni. Nejčastěji se jednalo o situace, kdy jim bylo ze strany úřadu, a hlavně Komise volnočasových aktivit, vyčítáno, že mají malou účast na svých akcích a příliš se neúčastní ani aktivit pořádaných úřadem. Patrný byl pocit znevýhodnění vůči jiným spolkům. *„Padla dokonce i slova, že někdy mají chuť s tím „praštit“. „Pokud to v lednu nějak nezajistíme, budeme muset skončit.“ Z pohledu komise to vnímaly jako nevraživost, diskriminaci důchodců. „Mají vůči nám averzi“. Ze strany komise prý dokonce zazněla i narážka, že v příštím roce nebudou podporovány žádné „žranice“. Navrhovali jim účastnit se veřejných újezdských akcí, místo ježdění do divadel po celé Praze a výletů do různých míst. Sdružení důchodců je v tomto případě silně proti tomu, protože jim jde především o to, aby se jejich členové, tedy důchodci, podívali na různá místa a měli různé zážitky, ne aby zůstávali jen v Újezdě nad Lesy. „Taky máme nárok na život a něco zažít.“ „Je důležité, aby se lidi někam podívali.“ Tyto poznámky zaznívaly během celé schůze.“* (Terénní zápisky, 6. 3. 2013) Tuto situaci by chtělo Sdružení důchodců vyřešit tím, že by se přidalo pod záštitu Rady seniorů ČR nebo Svazu důchodců ČR. Zajímavé je, že při konkrétních rozhovorech respondentky o tomto problému příliš nemluvily, naopak se někdy o spolupráci s úřadem vyjadřovaly pochvalně. Je možné, že důvodem byl strach hovořit přímo před diktafonem, ale možností je i to, že situace ve skutečnosti není až tak palčivá.

8.2.5 Osobní příběhy a zážitky ze života zainteresovaných aktérů spojené s vnímáním stáří

Dalo by se říci, že všechny respondentky vyrůstaly ve venkovském prostředí, kde byly od malička vychovávány k úctě ke stáří a starým lidem. Každá z nich se zmínila o nějakém seniorovi, kterého v dětství milovala, uznávala a obdivovala nebo přinejmenším k němu měla velmi kladný vztah. Tyto skutečnosti jistě vedly k tomu, že měly po celý život pozitivní přístup ke starým lidem, a proto se možná i později ve stáří sami rozhodly zpestřovat život i jiným seniorům.

„My jsme ve škole měli úžasnýho třídního učitele, který nás učil veškerý ty základy slušnýho chování, který se člověk snaží dodržovat do dneška. K těm starým lidem se chovat slušně, s úctou, prostě dávat jim přednost, uvolnit jim místo, tohle všechno člověk má v sobě od tý základní školy zažitý, takže já si myslím, že jsem se na ně dívala jedině dobře, opravdu.“ (Rozhovor 3)

„Vyrůstala jsem v obrovský lásce, až v rozmazlování, protože jsem byla jedináček, no a táta, tím že vlastně přišel o manželku, když já jsem se narodila, tak ten by mě prostě opravdu snesl modrý z nebe, kdybych ho chtěla. To byl neskutečnej člověk a já mám teda vzpomínky na dětství fantastický.“ (Rozhovor 2)

„Já jsem babičku milovala a ona mě v podstatě vychovala…na babičku a dědu mám úžasný vzpomínky.“ (Rozhovor 1)

Zároveň měla většina respondentek někdy v životě zkušenost s péčí o starého či nemocného člověka. Většinou se jednalo o jejich vlastní rodiče, prarodiče, nebo nemocného manžela. To je možná také příčinou toho, proč se obávají ve stáří nesoběstačnosti. Mají totiž vlastní zkušenost s tím, jak náročné po psychické i fyzické stránce to je jak pro seniora, tak pro pečujícího člověka.

Nakonec ani jedna z dotázaných se v dřívějším životě nesetkala s diskriminací kvůli věku, neboli s ageismem. Nebo si alespoň na takový případ nevzpomněla. Dokonce ani v souvislosti s tím, co momentálně sami zažívají.

8.2.6 Interpretace výsledků výzkumu

V této kapitole se pokusím pomocí získaných poznatků odpovědět na zvolené výzkumné otázky.

1. **Jak funguje Sdružení důchodců?**

Sdružení důchodců organizačně funguje poměrně dobře a bez závažnějších problémů. Díky jasnému vymezení jednotlivých rolí snadno organizuje své aktivity. Největší problém pro ně představuje nedostatečná účast členů na pořádaných akcích. Podle mého názoru by důvodem mohla být poměrně malá informovanost o těchto aktivitách a také nepříliš široký záběr působení Sdružení důchodců.

Své členy o nadcházejících událostech aktérky informují pouze prostřednictvím Újezdského zpravodaje, který vychází jednou za měsíc a někdy jejich příspěvky dokonce zapomene otisknout[6], a skrze čtyři vývěsní tabule rozmístěné v blízkosti Úřadu Městské části Praha 21. Řešením problému s účastí by mohlo být zavedení internetových stránek sdružení a rozvěšování většího množství plakátů po celé městské části, nejen v blízkosti místního úřadu. Jelikož z aktérek sdružení umí pracovat s počítačem pouze jedna, a to jen v mezích základních znalostí, domnívají se, že by ani jejich členové nebyli schopni internetové stránky sledovat. Nicméně, jak píši v kapitole 6, z výzkumu Saka a Kolesárové (2012) vyplývá, že mnoho seniorů již s počítačem pracovat umí. Důkazem může být Český zahrádkářský svaz v Újezdě nad Lesy, který má většinu členů právě seniorů a webové stránky využívá bez problémů. Samozřejmě by správu internetových stránek i rozvěšování plakátů musel mít na starost někdo jiný, jelikož tato práce není v silách aktérek samotných. Proto bych navrhovala zavedení dobrovolnického programu, kdy by jim jistě mnoho mladších újezdských občanů bylo ochotno pomoci.

Pokud jde o rozšíření působnosti, mám tím na mysli zaměřit se nejen čistě na kulturní aktivity, ale také například na aktivity zdravotního či sociálního charakteru, vzdělávání a osvětu a zapojení se více do společnosti mladších lidí. To by mohla zajistit opět spolupráce s dobrovolníky všech věkových kategorií i spolupráce s jinými spolky, které

[6] S tímto problémem jsem se bohužel setkala na vlastní kůži, když mě Sdružení důchodců požádalo, abych přes email zaslala jejich příspěvek redakční radě, která mi dokonce potvrdila jeho přijetí, a přesto ho pak neotiskla. Stejná situace se pak opakovala o pár měsíců později, kdy příspěvek zasílala paní Vojtová.

nejsou zaměřené pouze na seniory. Z toho, co jsem měla možnost dosud vidět, si myslím, že Sdružení důchodců je poměrně uzavřené vzhledem ke zbylé společnosti a právě větší otevřenost by mu mohla pomoci nejen s účastí jeho členů, ale také například s komunikací s místním úřadem. Podpora mezigenerační soudržnosti je v naší společnosti velmi důležitá.

2. **Jakým způsobem je jeho působení vyjednáváno ze strany jeho aktérů?**

Sdružení důchodců je závislé především na finanční podpoře Městské části Praha 21. Jak jedna z aktérek sama zmínila, bez grantu by nebyly schopné pokračovat. Z předchozích kapitol empirické části je patrné, že komunikace a spolupráce mezi úřadem a sdružením není vždy úplně bez problémů, zvláště od té doby, co nastoupilo nové vedení v čele s novým starostou. Pomocí Újezdských zpravodajů se mi podařilo zjistit, že v roce 2011, kdy začalo nové vedení pracovat, klesnul grant udělovaný Sdružení důchodců z obvyklých 20 – 25 000,- na pouhých 12 000,-, což nejspíše započalo zmíněné konflikty. (Újezdský zpravodaj, č. 5, 2011) Zajímavé však je, že v roce 2012 už se podařilo sdružení získat grant ve výši 22 271,- a v roce 2013 dokonce opět ve výši 25 000,- (Kořínková, 2012, Újezdský zpravodaj, č. 5, 2013) Je tedy patrné, že vyjednávat své působení s úřadem dokážou poměrně úspěšně.

Co se týče sponzorů, tam mi respondentky zmiňovaly několik firem i jednotlivců, kteří jim poskytli většinou jednorázový finanční či materiální příspěvek, ovšem z této strany nemají žádný trvalejší příjem. Jedna z respondentek mi dokonce prozradila, že již dlouho žádného sponzora neměly a že ani nemají v plánu nějaké hledat, protože se necítí dobře, když si mají říct o pomoc. Myslím si, že kdyby jejich poslání mělo ještě hlubší význam, který by dokázaly vhodně prezentovat, mohly by bez obav žádat o sponzorské dary stejně, jako to dělají téměř všechny nestátní neziskové organizace v naší republice. Takto se připravují o velkou část jiné pomoci a jsou proto tolik závislí na podpoře úřadu.

Jako velké pozitivum hodnotím nápad Sdružení důchodců přidat se pod záštitu Rady seniorů ČR nebo Svazu důchodců ČR. Mělo by tak příležitost poznat, jak fungují i jiné organizace, připojit se k větším společným aktivitám, získat i jiný druh pomoci a podpory, což by jim podle mého názoru přidalo na sebevědomí i zkušenostech.

3. **S jakým přístupem jednotlivců či organizací se Sdružení důchodců setkává?**

Vzhledem k poměrné uzavřenosti Sdružení důchodců, nemají jeho aktérky příliš o koho se opřít. Jejich aktivní členská základna je velmi malá na to, aby dokázala podpořit význam tohoto sdružení. Zatím nejsou ani pod patronací jiné větší organizace a nepěstují ani mezigenerační spolupráci. Proto se někdy stávají terčem kritiky místního úřadu a cítí se být diskriminovány. Stejnou příčinu mají nejspíše i pocity, že o jejich práci není slyšet. *„Mají pocit, že o jejich aktivitě nikdo neví, že to dělají „tajně". To je něco, co by rády změnily."* (Terénní zápisky, 6. 2. 2013) Řešením by opět mohlo být více se otevřít společnosti a dát lidem najevo, že jejich sdružení je stejně významné jako jakékoliv jiné. Informace na internetu by zase mohly jejich práci zviditelnit.

Spolupráce s jinými organizacemi zabývajícími se seniory je pro sdružení přínosem. Jednak rozšiřují počet aktivních členů a jednak si vzájemně utváří pocit sounáležitosti, který je také velmi důležitý. Jak už jsem řekla, bylo by dobré, kdyby spolupracovaly i se spolky jiného zaměření. Pozitivní odezva aktivních členů je pak vlastně důvodem, proč sdružení vůbec působí, dává jeho organizátorkám chuť v této činnosti pokračovat a pocit, že jejich práce má smysl.

4. Jaké stereotypy vzhledem k chápání stáří vnímají jednotliví aktéři?

Nejvýraznější stereotyp, se kterým jsem se u aktérek setkala, byl pocit diskriminace kvůli věku neboli ageismus. Tento problém se v dnešní době objevuje čím dál častěji a bohužel s sebou přináší i to, že se s názory, které se ve společnosti objevují, ztotožňují i sami senioři. Když například slyší, že jsou staří lidé přítěží společnosti, mají někdy tendenci si to o sobě skutečně myslet, což je opravdu smutná skutečnost. S tímto případem jsem se setkala i u svých respondentek. Přestože všechny respondentky zastávají názor, že by se společnost měla k seniorům chovat s úctou, vážností a porozuměním, všechny také mají pocit, že tomu tak není. Naopak vnímají, že jsou senioři jaksi vytlačováni do pozadí, že jsou na okraji společnosti.

Stáří jako takové může být podle respondentek plnohodnotné a hezké období, protože člověku odpadne spousta starostí, které dříve měl, má více volného času a může si svůj „podzim života" užívat. Vše se ale odvíjí od jeho zdravotního stavu a samozřejmě také finančních možností. Nemocný člověk se musí potýkat s mnohými omezeními, a to mu rozhodně nepřidá na kvalitě jeho života. Ovšem je třeba říci, že stáří ještě nemusí jít

ruku v ruce s nemocemi a horším zdravotním stavem. Mnoho seniorů je po překročení 65 let ještě stále ve výborné fyzické kondici. Pokud jde o finanční ohodnocení, to respondentky považují za opravdu nedostatečné, jelikož je senior mnohdy nucen slevit ze své životní úrovně, na kterou byl třeba zvyklý celý předchozí život. Tato situace se někdy u starých lidí může projevovat až depresemi nebo sociální izolací.

Pozitivní je, že větší část společnosti zastává názor, že bychom měli využívat znalosti a dovednosti seniorů, které jsou pro společnost nenahraditelné. Zatím však k něčemu takovému v České republice příliš nedochází. O nevyužitém potenciálu seniorů pojednává kapitola 6.3. Právě větší zapojení seniorů do společenského dění, do rozhodování o problémech, které se jich týkají a do občanské angažovanosti, jim může dát pocit významu a důležitosti. Pocit, že nejsou opomíjeni, ale jsou plnohodnotnou součástí společnosti. Taková je nejlepší cesta, jak zabránit sociální izolaci a pocitu, že jsou odstrkováni stranou.

5. Jaké jsou vlastní zkušenosti a zážitky jednotlivých aktérů s vnímáním stáří?

Z osobních příběhů jednotlivých aktérek je patrné, že prostředí, v jakém člověk vyrůstá a jakým je formován již od dětství, má velký vliv na to, jakým způsobem pak po celý zbytek života pohlíží na staré lidi. U všech respondentek jsem se setkala s tím, že je někdo od malička vedl k úctě ke starým lidem a toto pravidlo si s sebou nesly i do dalšího života. Zároveň měla každá z nich krásné vzpomínky na dětství a na nějakého seniora, který pro ně hodně znamenal, a který přispěl k tomu, že staré lidi vnímaly spíše v pozitivním světle. Většinou se jednalo o vzor babičky a dědečka. To dokazuje jak důležitá je přítomnost starých lidí v životě každého z nás. Nejen, že o nás pečují a rozmazlují nás již od útlého dětství, ale zároveň nám předávají všechnu moudrost a životní zkušenosti, které nám rodiče nemají vždy čas dát, nebo které zatím ani nezískali. Dovolím si říct, že mají mnohdy schopnost udělat z nás lepšího člověka.

Obrovskou zkušeností pro každého jedince je i situace, kdy musí pečovat o svého starého či nemocného blízkého. Tuto zkušenost měly téměř všechny respondentky a myslím, že na jejich vnímání stáří měla také velký vliv. Člověk si totiž uvědomí, jak křehký vlastně život je a jak důležité je si ho vážit a žít ho naplno. Když se člověk na

sklonku života ohlédne zpět, měl by mít pocit, že nemá čeho litovat, že prožil plnohodnotný a šťastný život.

„Kolikrát si říkám, že třeba kdybych byla znovu mladá, tak že bych některý věci udělala určitě jinak, ale pak si zase říkám, že kdybych byla znovu mladá, že bych udělala ty samý blbosti. Já bych nechtěla měnit svůj život, protože dělám to, co jsem vždycky dělat chtěla, od malička, takže mé zaměstnání bylo mým koníčkem…myslím, že jsem spokojená, a že jsem ten život prožila docela plodně.“ (Rozhovor 3)

9 Závěr

Vzhledem k přibývání starých lidí v naší společnosti vyvstávají mnohé sociální problémy spojené se stářím. Ze strany politiků a médií je výrazná obava z neschopnosti financovat do budoucnosti důchody starých lidí, z nedostatečného zajištění sociálních a zdravotních služeb, zkrátka z nepřipravenosti na tuto situaci. Mladší generace má pak někdy tendenci vnímat seniory v negativním světle, jako ty, kteří jim zabírají pracovní místa, jsou pro společnost přítěží a jejich názory jsou zastaralé. Samotní senioři zase mnohdy tyto stereotypy přebírají a identifikují se s nimi.

Některé problémy jsou skutečně již dnes patrné. Důchodový i zdravotní systém si vyžádal nové reformy. Sociální a zdravotní péče není na tak velké množství dlouhověkých pacientů připravená a stále častěji se ve společnosti objevují případy věkové diskriminace seniorů neboli ageismu a přijímání negativních obrazů stáří. Mnoho starých lidí se následkem takové situace stahuje do sebe, uzavírá se před okolním světem a někdy dochází až k jejich sociální izolaci či pocitům deprese, osamělosti a odloučení. Takové skutečnosti jistě pocit spokojenosti nepřinášejí. Avšak cílem mé práce bylo tyto sociální problémy prozkoumat a pokusit se nalézt způsoby, jakými je možné tyto problémy řešit a jak se s nimi hodlá společnost v budoucnosti vypořádat.

Pozitivní odezvu lze spatřit ze strany Vlády České republiky, která se sociální problematikou stáří začala zabývat a prostřednictvím Národního programu přípravy na stárnutí nalézá možnosti řešení jednotlivých problémů. Tento program se snaží docílit toho, aby lidé začali přípravu na stáří vnímat jako celoživotní přístup a snažili se zkvalitňovat svůj život v celém jeho průběhu. Důležité je také podporovat mezigenerační soudržnost a změnit negativní pohled na stáří, který dnes mnoho lidí má. Kvalitu života starých lidí lze zlepšovat jejich zapojením do pracovního a aktivního života, do občanské participace a zkrátka do rozhodování o věcech, které se jich týkají. Pokud jde o zdravotní stav seniorů a sociální péči o ně, tam vidí vláda řešení ve vzájemné provázanosti a spolupráci těchto odvětví, protože křehcí senioři mnohdy potřebují jak zdravotní, tak sociální péči stejnou měrou.

Empirická část této práce potvrdila, jak důležitou úlohu v životě seniorů zastávají nestátní neziskové organizace, které se snaží nejen zpestřit jejich život různými volnočasovými aktivitami, ale také bránit sociálnímu vyloučení seniorů prostřednictvím množství sociálních kontaktů a rozšiřovat nabídku sociálních i zdravotních služeb, které stát nemůže v takovém množství zajistit. Zjednodušeně se dá říci, že velkou měrou přispívají ke zkvalitňování života starých lidí a daří se jim také zvyšovat sebevědomí seniorů a jejich samostatnost.

Z výzkumu je patrné, že senioři skutečně vnímají problém věkové diskriminace a stereotypy, díky kterým se cítí být vytlačováni na okraj společnosti. Následkem toho pak mají tendenci se jaksi před zbylou společností uzavírat, a to jim ztěžuje vzájemnou spolupráci a porozumění. Prvním významným krokem Sdružení důchodců k tomu, aby se lépe otevřelo okolnímu světu, je rozhodnutí přidat se k větší neziskové organizaci, která působí na území celé republiky a dostat se tak k velkému množství sociálních kontaktů i k možnosti rozšířit svou působnost za dosavadní hranice. Nakonec je třeba zmínit skutečnost, kterou potvrzuje výzkum Saka a Kolesárové (2012). Totiž, že skutečné vnímání stáří mladší generací není až tak negativní, jak by se mohlo zdát, a tudíž nic nebrání tomu, aby mohlo být na stáří opět pohlíženo s úctou a vážností, jako tomu bylo v dřívějších dobách.

10 Přílohy

Příloha 1

Příprava polostrukturovaného rozhovoru:

1. **Okolnosti vzniku Sdružení důchodců a role jednotlivých aktérů**

Jak vzniklo Sdružení důchodců?

Co vás vedlo k tomu, abyste se připojila ke Sdružení důchodců?

Jaké je poslání Sdružení důchodců?

Kdo jsou členové Sdružení důchodců? (Jací lidé to jsou?)

Co je náplní vaší práce ve Sdružení důchodců?

Jakou roli/funkci zastávají vaše kolegyně?

Jaký vztah máte s ostatními organizátorkami?

2. **Infrastruktura pro podporu stáří**

Jakým způsobem obec podporuje vaši činnost?

Jak podle vás obec přistupuje k vašemu sdružení?

S jakým chováním se setkáváte?

Co konkrétně děláte pro to, abyste získali podporu pro svou činnost?

Dotujete sami chod organizace? (např. dortíky, suvenýry apod.)

Podporuje vás ještě někdo další?

Jaké konkrétní podpory se vám dostává? (finanční, morální..)

3. **Přístup jednotlivců či organizací**

S jakými názory na Sdružení důchodců se setkáváte?

Jak myslíte, že vaši činnost vnímají členové Sdružení důchodců?

Jak myslíte, že vaši činnost vnímají ostatní lidé a organizace?

S jakými problémy se potýkáte při organizování vaší činnosti?

4. **Stereotypy vyskytující se vzhledem k chápání stáří**

Co si myslíte o stáří?

Jak si myslíte, že společnost v ČR vnímá staré lidi?

Jakou roli by podle vás měli senioři zastávat ve společnosti?

Jak by se k nim mělo chovat okolí?

Jaké závazky by naopak měli plnit oni?

Vnímáte nějaké stereotypy vyskytující se vzhledem k chápání stáří?

V čem je podle vás stáří výhodné?

V čem je naopak nevýhodné?

5. Osobní příběhy a zážitky

V jakém prostředí jste vyrostla?

Jak jste v mládí pohlížela na staré lidi?

Odsuzovala jste někdy někoho kvůli věku?

Máte nějaký příklad, kdy jste se setkala s diskriminací kvůli věku?

Měla jste někdy v životě příležitost starat se o seniora či s ním spolupracovat?

Jak trávíte svůj volný čas vy?

Jak hodnotíte svůj život?

Příloha 2

Článek o paní Květě Svátkové z Újezdského zpravodaje. (č. 5, 2012)

Občan roku 2011 (in memoriam)

Květa Svátková se narodila 22. 2. 1927 na Žižkově v úřednické rodině. Vystudovala obchodní školu a její první zaměstnání za války bylo ve zbrojovce v Libni. V době, když se bombardovala Praha, rodina se před nálety přestěhovala do rodinného domu v Újezdě nad Lesy.
Zde již strávila celý život. Poznala tady i svého manžela Dr. Lubomíra Svátka. S ním měla dvě děti, Lubomíra a Michaelu. Od mládí měla ráda tanec, operní zpěv a účastnila se tzv. Akademií, které se pravidelně konaly ve společenském sále Na Křižovatce. Láska ke kultuře ji provázela celým životem, vedla k němu nejen děti a vnoučata. Ale později i své kolegy v zaměstnání ve Výzkumných ústavech Běchovice. Organizovala zájezdy. Zajišťovala vstupenky do divadel. V roce 1977 (asi pod záštitou) Osvětové besedy zajistila pro školní děti výuku klasického baletu, tehdy pod vedením sólistky baletu Národního divadla paní Nelly Danko. Tato „baletní" tradice přetrvává v Újezdě nad Lesy do dnešní doby.
Pro újedzské seniory začala paní Svátková pracovat v roce 1990, kdy v září zorganizovala zájezd do Vídně a do Lince a potom dalších 5 akcí, z nichž poslední byla návštěva vánočních trhů v Německu. Od r. 1991 se její činnost rozjela naplno. Organizovala pro seniory návštěvy divadel, koncertů, plesů, zájezdy na památná místa Čech a Moravy a také zájezdy za hranice – do Polska, Německa, Rakouska, Francie, Holandska, a Švýcarska. Některé z nich byly vícedenní. Jak dokazují zápisy v kronice, dokázala paní Svátková připravit až 20 akcí za rok.
V Újezdě n. L. vzniklo Sdružení důchodců v čele s pětičlenným výborem. Jeho předsedkyní byla paní Svátková až do r. 2008. Za tuto dobu připravilo Sdružení pod jejím vedením 288 akcí. Od r. 2008 již paní Svátková nezastávala funkci předsedkyně, ale dále obětavě pracovala ve funkci pokladníka a aktivně se podílela na organizaci všech akcí. Nikdy nelitovala obětovat svůj volný čas, nikdy si na nic nestěžovala, nikdy se nerozčilovala. Svou vitalitou, energií a láskou k životu byla výjimečná. Za 22 let své činnosti odvedla obrovský kus práce. Nabídla újezdským seniorům aktivní stáří, naplněné kulturou a krásnými zážitky.
Ona sama měla v úvodu své zájezdové kroniky napsané heslo „Nestárni doma" a důsledně ho dodržovala.
Paní Květa Svátková zemřela náhle dne 25. 9. 2011

Příloha 3

Pozvánka na vycházku pořádanou Sdružením důchodců v Újezdském zpravodaji (č. 4, 2013) a příspěvek Sdružení důchodců o této vycházce. (Vojtová, 2013)

Sdružení důchodců pořádá
dne 24. 4. 2013
vycházku
na Nové Dvory.
Sraz ve 14:00 u fotbalového hřiště na Blatově.
Lze dojet autobusem číslo 260 na zastávku Pilovská.
Možnost vzít starý chléb pro ovečky.
Při zpáteční cestě posezení u kávy v restauraci U Dašů.
Od nádraží lze použít autobusy MHD.

Těšíme se na hojnou účast.

Sdružení důchodců si vyšlo k Novým Dvorům

Sraz účastníků byl 24. 4. 2013 u blatovského hřiště. Sešlo se nás několik žen a pan Kout a vyšli jsme směr Nové Dvory. Radovali jsme se z krásného počasí a jarní přírody – i když bylo Svatého Jiří, žádní hadi a štíři na nás nevylezli. Cestou nás pan Kout upozorňoval na zbytky hrází soustavy rybníků, které tu kdysi byly, dokonce věděl, jak se jmenovaly. Tak se vycházka změnila v naučnou – dozvěděly jsme se spoustu zajímavých informací o lese, o Nových Dvorech a bývalých lázních v Klánovicích. Nové Dvory byla hájenka, ale v 1. polovině minulého století byla v takovém stavu, že jí hrozila demolice. Kámen z ní se měl použít na opravu lesních cest. Dnes vypadá jako malý zámek. Když jsme nakrmili ovečky, vydali jsme se na zpáteční cestu kolem Golfu k nádraží. Náš výlet jsme zakončili „U Dašů" dobrou kávou a celou akci zhodnotili. Bylo to hezké odpoledne, ale je nám líto, že nás bylo tak málo, terén nebyl náročný – došli by všichni.

text a foto: Vojtová

11 Seznam použité literatury

Knižní zdroje

Čevela, R., Kalvach, Z., Čeledová, L. 2012. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3901-4

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

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

Hendl, J. 2005. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-040-2

Holmerová, I., Jurašková, B., Zikmundová, K. a kol. 2007. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: EV public relations. ISBN 978-80-254-0179-8

Jarolímová, E. *Stárnutí, osobnost a změny*. In: Holmerová, I., Jurašková, B., Zikmundová, K. a kol. 2007. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: EV public relations. s. 59 – 65. ISBN 978-80-254-0179-8

Jones, D. J. 2006. Na cestě k domorodé antropologii. *Biograf*, č. 39. ISSN 1211-5770

Kořínková, H. 2012. Zpráva o grantovém systému MČ Praha 21 – Újezd nad Lesy na rok 2012. *Újezdský zpravodaj*. Úřad MČ Praha 21 – Újezd nad Lesy. č. 5, s. 2.

Městské centrum sociálních služeb a prevence. 2005. *Informace, kontakty a sociálně zdravotní služby pro seniory*. Praha: Městské centrum sociálních služeb a prevence.

Ministerstvo práce a sociálních věcí. 2008. *Kvalita života ve stáří: Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí. ISBN 978-80-86878-65-2

Občan roku 2011 (in memoriam). 2012. *Újezdský zpravodaj*. Úřad MČ Praha 21 – Újezd nad Lesy. č. 5, s. 1.

Ondrušová, J. 2011. *Stáří a smysl života*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1997-2

Předkládáme schválené granty. 2013. *Újezdský zpravodaj*. Úřad MČ Praha 21 – Újezd nad Lesy. č. 5, s. 3.

Rohanová, E. *Důstojnost člověka v ošetřovatelské péči a v sociálních službách*. In: Holmerová, I., Jurašková, B., Zikmundová, K. a kol. 2007. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: EV public relations. s. 29 – 48. ISBN 978-80-254-0179-8

Sak, P., Kolesárová, K. 2012. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-3850-5

Sdružení důchodců pořádá dne 24.4.2013 vycházku na Nové Dvory. 2013. *Újezdský zpravodaj*. Úřad MČ Praha 21 – Újezd nad Lesy. č. 4, s. 6.

Seznam přidělených grantů: celkové výsledky grantového systému schválené RMČ Praha 21 dne 29.3.2011. 2011. *Újezdský zpravodaj*. Úřad MČ Praha 21 – Újezd nad Lesy. č. 5, s. 1.

Skovajsa, M. a kol. 2010. *Občanský sektor: organizovaná občanská společnost*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7376-681-0

Třešňák, P. 2012. Senioři jsou nevyužité bohatství: s Ivou Holmerovou o tom, jak dobře stárnout a proč je to v Česku tak těžké. *Respekt*. Praha: Respekt Publishing. č. 23, s. 44 – 49.

Vojtová, H. 2013. Sdružení důchodců si vyšlo k Novým Dvorům. *Újezdský zpravodaj*. Úřad MČ Praha 21 – Újezd nad Lesy. č. 6, s. 6.

Elektronické zdroje

Diakonie Českobratrské církve evangelické. [online] 2013 [cit. 17.6.2013]. Dostupné z: http://www.diakonie.cz/.

Domov Sue Ryder. [online] 2013 [cit. 17.6.2013]. Dostupné z: http://www.sue-ryder.cz/.

Gerontologické centrum. [online] neuvedeno [cit. 17.6.2013]. Dostupné z: http://www.gerontocentrum.cz/.

Ministerstvo práce a sociálních věcí. *Popis důchodové reformy*.[online] 16.1.2012 [cit. 16.6.2013]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/11971/Popis.pdf.

Ministerstvo práce a sociálních věcí. *Starobní důchody*. [online] 31.8.2011 [cit. 16.6.2013]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/cs/618.

Praha 21. Místní Agenda 21. [online] 6.2.2013 [cit. 15.6.2013]. Dostupné z: http://www.praha21.cz/samosprava/udrzitelny-rozvoj-mc/mistni-agenda-21.html.

Praha 21. *Strategický plán rozvoje Městské části Praha 21*. [online] 4.10.2012 [cit. 15.6.2013]. Dostupné z: http://www.praha21.cz/samosprava/udrzitelny-rozvoj-mc/strategicky-plan-mc.html.

Svaz důchodců české republiky, o. s. [online] 2013 [cit. 17.6.2013]. Dostupné z: http://www.sdcr.cz/.

Univerzita Karlova. *Univerzita třetího věku*. [online] 26.4.2013 [cit. 17.6.2013]. Dostupné z: http://www.cuni.cz/UK-51.html.

Život 90. [online] 2008 – 2009 [cit. 17.6.2013]. Dostupné z: http://www.zivot90.cz/.