

# **Volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů ve městě Zlíně**

Sylva Ševčíková

---

Bakalářská práce  
2012



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2011/2012

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Sylva ŠEVČÍKOVÁ**  
Osobní číslo: **H09173**  
Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů ve městě Zlíně**

Zásady pro vypracování:

**Zpracování rešerše a studium odborné literatury.**

**Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti stáří a volného času seniorů.**

**Příprava metodiky výzkumné části.**

**Realizace kvantitativního výzkumu mapujícího volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů a postoje seniorů k nim.**

**Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.**

**Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.**

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**CHRÁSKA, Miroslav. Metody pedagogického výzkumu. Základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada Publishing, a.s., 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.**

**KUBEŠOVÁ, Lucie. Zdraví pro třetí věk. Dobřejovice: Rebo Production CZ, 2006. ISBN 80-7234-536-2.**

**NĚMEC, Jiří a kol. Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.**

**PACOVSKÝ, Vladimír. O stárnutí a stáří. Praha: Avicentrum, zdravotnické nakladatelství, n.p., 1990. ISBN 80-201-0076-8.**

**PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. Pedagogika volného času. 3. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.**

**RABUŠIC, Ladislav. Česká společnost stárne. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1995. ISBN 8021011556.**

**RABUŠIC, Ladislav a Jana HAMANOVÁ. Hodnoty a postoje v ČR 1991-2008, (pramenná publikace European Values Study). Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-2104-952-9.**

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Eva Šalenová**  
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **30. listopadu 2011**

Termín odevzdání bakalářské práce: **4. května 2012**

Ve Zlíně dne 12. ledna 2012

  
doc. Ing. Anežka Lengalová, Ph.D.  
děkanka



  
Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

# PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užit své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 20.3.2012

Ylva Horáková

*1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:*

*(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.*

*(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

*(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

*2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

*(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).*

*3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

*(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

*3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

*(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

*(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k vyšší výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Tato bakalářská práce se zaměřuje na zmapování volnočasových aktivit seniorů organizovaných prostřednictvím klubů seniorů ve městě Zlíně, resp. na jejich nabídku a poptávku. Pozornost je věnována názorům a postojům seniorů k těmto aktivitám. Teoretická část je rozdělena do tří základních kapitol. V první kapitole je vymezen a definován volný čas, další kapitola se věnuje obecnému pohledu na stárnutí a stáří, včetně popisu změn souvisejících s tímto vývojovým obdobím. Poslední kapitola skýtá náhled na volnočasové aktivity seniorů a uvádí přehled zlínských klubů seniorů. V praktické části je shrnut kvantitativní výzkum, jehož hlavním cílem je zjistit subjektivní důvody seniorů pro výběr konkrétního klubu seniorů jako formy trávení volného času.

Klíčová slova: volný čas, stárnutí, stáří, senior, volnočasové aktivity, kluby seniorů

## **ABSTRACT**

The bachelor thesis focuses on the survey of free time activities of senior citizens organized by means of senior clubs in the city of Zlín, or more precisely on supply and demand of these activities. Attention is paid to opinions and attitudes of senior citizens to these activities. The theoretical part of the thesis is divided into three basic chapters. In the first chapter, free time is defined and characterized. The next chapter deals with general perspective on ageing and old age, including the description of changes associated with this developmental period. The final chapter presents a view of free time activities of senior citizens, and offers an overview of senior clubs situated in Zlín. The practical part summarizes a quantitative research, whose main objective is to determine subjective reasons that influence senior citizens in their selection of a particular senior club, perceived as a form of free time spending.

Keywords: free time, ageing, old age, senior citizen, free time activities, senior clubs

Motto: „Zralý věk je dobou hledání smyslu a řádu, dobou moudrosti a smíření.“

Pavel Říčan

### **Poděkování**

Na tomto místě bych ráda poděkovala paní Mgr. Evě Šalenové za odbornou metodickou pomoc a cenné rady, které mi poskytla při zpracování bakalářské práce.

Rovněž chci vyjádřit poděkování předsedkyním klubů seniorů paní Matuškové a paní Vaňkové za ochotu a čas, který mi věnovaly.

V neposlední řadě patří velký dík mé rodině za trpělivost a podporu, která byla mým hnacím motorem, a které si nesmírně vážím.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

# OBSAH

<b>ÚVOD .....</b>	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>.....</b>
<b>1 VÝVOJ VOLNÉHO ČASU .....</b>	<b>13</b>
1.1 VYMEZENÍ POJMU VOLNÝ ČAS.....	14
1.1.1 Funkce volného času .....	16
1.1.2 Faktory ovlivňující trávení volného času .....	19
1.1.3 Volný čas a jeho význam v životě člověka .....	20
1.1.4 Přínos volného času.....	21
<b>2 OBECNÝ POHLED NA STÁRNUTÍ A STÁŘÍ .....</b>	<b>23</b>
2.1 STÁRNUTÍ .....	23
2.2 STÁŘÍ A JEHO DĚLENÍ .....	25
2.2.1 Vědy zabývající se stárnutím a jejich cíl.....	27
2.3 ZMĚNY SOUVISEJÍCÍ SE STÁŘÍM .....	28
2.3.1 Tělesné změny ve stáří .....	29
2.3.2 Psychické změny ve stáří.....	30
2.3.3 Sociální změny ve stáří .....	32
2.3.4 Senior-příčiny sociálního úpadku a možná řešení.....	33
2.3.5 Rodinné zázemí a životní styl seniorů.....	35
<b>3 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY SENIORŮ .....</b>	<b>38</b>
3.1 OBECNÝ POHLED NA VOLNOČASOVÉ AKTIVITY SENIORSKÉ POPULACE .....	38
3.1.1 Počátky a vývoj organizovaných volnočasových aktivit seniorů .....	41
3.2 PŘEHLED ZLÍNSKÝCH KLUBŮ SENIORŮ .....	42
3.2.1 Klub seniorů na Podhoří.....	42
3.2.2 Klub seniorů Kvítková .....	44
3.2.3 Klub seniorů Malenovice .....	44
3.2.4 Klub seniorů U Majáku .....	44
3.2.5 Klub seniorů Kudlov .....	45
3.2.6 Klub seniorů Příluky .....	45
3.2.7 Klub seniorů Jižní Svahy.....	45
3.2.8 Příměstské kluby seniorů – Kostelec, Lužkovice, Štípa, Veliková.....	46
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>.....</b>
<b>4 ZÁKLADNÍ INFORMACE O VÝZKUMU .....</b>	<b>48</b>
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM.....	48
4.1.1 Dílčí výzkumné otázky.....	48
4.2 CÍLE VÝZKUMU .....	49
4.3 VÝZKUMNÉ PŘEDPOKLADY .....	49
4.4 SBĚR DAT .....	50
4.5 VÝZKUMNÝ SOUBOR.....	52



<b>5</b>	<b>METODIKA ŠETŘENÍ.....</b>	<b>53</b>
5.1	POPIS VÝZKUMU.....	53
5.2	ZPRACOVÁNÍ DAT .....	54
<b>6</b>	<b>VÝSLEDKY VÝZKUMU A INTERPRETACE DAT.....</b>	<b>56</b>
6.1	VYHODNOCENÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....	56
6.1.1	Charakteristiky respondentů.....	58
6.1.2	Členství v klubu seniorů.....	65
6.1.3	Aktivita seniorů v rámci klubů seniorů.....	67
6.1.4	Postoje a názory seniorů.....	78
6.1.5	Aktivita seniorů preferované mimo klub seniorů.....	86
6.2	SROVNÁNÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU A VÝZKUMNÝCH PŘEDPOKLADŮ .....	88
6.3	INTERPRETACE A SHRUTÍ VÝSLEDKŮ .....	91
6.3.1	Aplikační rozměr.....	96
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>97</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>98</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK .....</b>	<b>101</b>
	<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>102</b>
	<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>104</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>106</b>

## ÚVOD

Každé životní období s sebou nese svá pozitiva a negativa a nejinak je tomu i v případě období stáří. Vývoj populace jasně ukazuje, že se prodlužuje průměrný lidský věk, a to nejen vlivem lidského chování či prostředí, z něhož člověk pochází, ale rovněž v důsledku hospodářské a sociální vyspělosti dané země, klimatických podmínek a řady dalších faktorů. Snižování úmrtnosti je jedním z faktorů, který dle Vidovičové, Rabušice (2003), přispívá k populačnímu stárnutí, neboť snahou o prodloužení lidského života pomocí moderní medicíny, zdravým životním stylem nebo např. kontrolou porodnosti usilují lidé o zvyšování životní úrovně svých rodin. Česká společnost stárne a je proto nezbytné se přizpůsobit novým podmínkám a nové věkové struktuře státu. V současnosti dlouhodobě klesá porodnost, prodlužuje se střední délka života a je proto nutné se dané situaci přizpůsobit. Dle Šeráka (2009) bude celkové stárnutí společnosti s největší pravděpodobností do budoucna představovat závažný sociální a ekonomický problém, který se projeví zejména v nabídce pracovní síly, v efektivnosti důchodového systému nebo systému zdravotní péče. Starší člověk se v současnosti a ani do budoucna neobejde bez přiměřených aktivit, bez vzdělávání a osobnostního vývoje nebo-li gerontogeneze. Je možno předpokládat, že se stoupajícím počtem starých lidí a jejich vzrůstající úlohy v oblasti sociální, kulturní a ekonomické ve společnosti, nabude na významu i období stáří a stane se tudíž přinejmenším stejně důležitým obdobím jako období růstu a vývoje člověka.

Zapojení se do života společnosti, pocit uznání a užitečnosti, ocenění zkušeností a smysluplné využití volného času jsou prvořadě pro pozitivní sebepojetí a životní spokojenost člověka v každém věku. Je důležité podpořit participaci seniorů na vzdělávacích, kulturních a společenských aktivitách a na řešení a rozhodování o otázkách, které se jich významně dotýkají. Díky již zmiňované stále se prodlužující střední délce života představuje v současné moderní společnosti etapa stáří časově delší a tím samozřejmě i významnější fází života. Toto období proto nelze brát jako pouhé předznamenání konce životní cesty, ale právě naopak (Vohralíková, Rabušic, 2004). Seniorský věk v dnešní době nabízí celou řadu možností, jak být i nadále platným členem společnosti a každý den prožít aktivně a naplno. Starší lidé mají v důsledku svých životních a pracovních zkušeností velký potenciál. Důležitým prvkem v životě seniorů jsou různé aktivizační programy a významným zdrojem aktivního života jsou vzdělávací, zájmové a volnočasové aktivity. Dochází při nich k setkávání, výměně zkušeností a smysluplnému trávení volného času, nabízí

možnost dalšího vzdělávání. Prostřednictvím klubů seniorů je podporován aktivní život seniorů, je posílena seberealizace, slouží rovněž jako prevence sociálního vyloučení a jednoznačně tyto aktivity vedou ke zvýšení kvality života seniorů.

Tato bakalářská práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části práce blíže definuji pojmy volný čas, stárnutí, stáří, senior, volnočasové aktivity a kluby seniorů. V praktické části práce je přiblížena výzkumná metodologie, kterou využívám při svém výzkumu. Je popsán způsob analýzy výzkumného šetření a způsob výběru výzkumného souboru. Hledám odpověď na základní výzkumnou otázku: Jaké jsou subjektivní důvody seniorů k volbě konkrétního klubu seniorů jako formy trávení volného času? V závěru bakalářské práce se věnuji analýze a interpretaci získaných dat a potvrzení či vyvrácení stanovených výzkumných předpokladů.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 VÝVOJ VOLNÉHO ČASU

Volným časem (dále jen VČ) a jeho prožíváním se zabývalo lidstvo již v dávné minulosti. Staří Řekové například považovali volný čas za míru lidského štěstí. Aristotelův syn Nikomachos vydal po smrti otce jeden z jeho spisů o etice „Etika Nikomachova“ v němž připisuje rozjímání nejvyšší hodnotu jako blažené činnosti, odmítá fyzickou práci, zábavu, hru, ale i politickou činnost. Jak uvádí Kučerová (In Šerák, 2009) volný čas byl již v dávné minulosti vlastní jen privilegovaným vrstvám, Aristoteles například hovořil poněkud přezíravě o jedincích, kteří mají tak málo majetku, že si nemohou dopřát volného času. Rozjímání vede dle Aristotela, člověka k moudrosti a samostatnosti a je slastí právě pro svou vnitřní hodnotu, jež nemá žádný praktický cíl. Toto rozjímání realizuje člověk, zejména svobodný muž, ve volném čase, který je dle známého filozofa chápán jako čas na rozumování, čtení veršů, setkávání se s přáteli nebo poslouchání hudby.

Pod pojmem volný čas si každý člověk představí činnosti, které má v oblibě. Charakterizovat volný čas není jednoduché, neboť jej každý vnímáme rozdílně. Co pro jednoho představuje relaxaci a zábavu, může pro jiného být povinností. Dle Krystoně (In Šerák, 2009) lze obecně interpretovat volný čas minimálně ve třech rovinách, jako hodnotu *individuální* představující seberealizaci, hodnotu *sociální*, zahrnující prevenci sociálně patologických jevů a životní styl a hodnotu *edukační* obsahující zejména prostor pro vzdělávání a celkový rozvoj.

Ještě v nedávné minulosti byl volný čas chápán spíše jako nepatřičný a odsouzeníhodný, lidé neznali nic jiného, než práci a lopotu. Počátky výchovy ve volném čase v novodobé společnosti byly spjaty s proměnami práce a životního způsobu obyvatel měst a vesnic. V průběhu 19. století se volný čas stal významnou dimenzí každého lidského života, nejdříve ve vyšších vrstvách a ve městech (Pávková a kol., 2002). S modernizací, vznikem nových technologií a mechanizací výroby nastává zásadní obrat a volný čas se spolu s dalšími hodnotami jako jsou zdraví, rodina, zaměstnání, láska či přátelství stává jedním z nejcennějších atributů naší společnosti. Ve 20. letech minulého století se postupně zkrátila pracovní doba ve většině vyspělých zemí, týdenní pracovní cyklus se změnil na pětidenní, a volný čas se stává jedním z nejvýznamnějších sociálních fenoménů. Byl to právě volný čas, který se stal symbolem statutu devadesátých let 20. století, a to i za cenu nižšího výdělku. Paradoxem však je, přestože se zkrátila pracovní doba, lidé si stále stěžovali na nedostatek času. Logickým vysvětlením dle Krause (2001) jsou nerealistické požadavky, kladené na

člověka, ať už se jedná o přehnané nároky na fyzickou zdatnost, úspěchy v zaměstnání, nebo kulturu bydlení. V soudobé společnosti je volný čas více hodnocen jako konzumní, je spojen především se službami a spotřebou zboží, vzdaluje člověka od oblastí, v nichž se může realizovat, např. v umění, sportu či politice (Němec a kol., 2002). Vystávají rovněž otázky spojené s využíváním volného času a jeho efektivitou. V sedmdesátých a osmdesátých letech minulého století narůstaly problémy týkající se volného času zejména u mladých lidí. V této době se rozvíjela alternativní hnutí a další iniciativy mládeže – protiválečná, ekologická, či hnutí hippies. Stále častěji bylo poukazováno na nežádoucí a nezákonné aktivity spojené s volným časem, jejichž příčinami jsou krize rodiny nebo nezaměstnanost. Pod vlivem vzrůstající agresivity a trestné činnosti byl zaznamenán obrovský nárůst závislostí – drogy, patologické hazardní hráčství a následně počítačové závislosti. Do společnosti začaly pronikat vlivy elektronických médií a komerčního sektoru, které postupně utvářely postoje mladých lidí. Evropské státy se sice pokoušely vytvářet a koncipovat politiku podporující hodnotné trávení volného času, tím, že podporovaly národní, místní i spolkově řízená střediska, sdružení a zařízení volného času, ne vždy však s pozitivním účinkem. V socialistické společnosti se práce a volný čas staly objektem plánování a kontroly, protože se jednalo o redukci lidské aktivity (Němec a kol., 2002).

Dle Krause (2001) bohatost života nelze měřit podle věcí, kterými se obklopujeme, ale celým spektrem činností, v nichž realizujeme své schopnosti, ať už v práci nebo ve volném čase. Činnosti spojené s volným časem obecně dávají životnímu způsobu širší rozměr ve smyslu pestrosti a jeho bohatosti.

Slova, kterými lze charakterizovat volný čas jsou - mohu, smím a chci. Základním krédem volného času je dobrovolnost, svobodná volba a vnitřní motivace každého jedince.

## 1.1 Vymezení pojmu volný čas

Rozlišujeme dělení času na čas pracovní (tj. zaměstnání, studium), čas mimopracovní (nutné činnosti – nákupy, osobní hygiena aj.) a reálný volný čas (aktivity, které nás zajímají a baví). Mimopracovní čas se dále dělí na čas vázaný a čas volný.

Obecně bývá volný čas označován za specifickou část mimopracovní doby, po kterou člověk nemusí vykonávat žádné činnosti, které jsou vnímány jako povinnost, nepatří sem

ani činnosti, které souvisí s péčí o děti nebo ostatní členy rodiny a mají souvislost se zabezpečením chodu domácnosti, souvisí s přepravou nebo s uspokojováním fyzických potřeb jako je spánek, jídlo či hygiena. Tato část mimopracovní doby se označuje jako čas vázaný jak uvádí Dumazedier (In Spousta, 1994).

Volný čas je významnou součástí našeho života a proto se stal středem pozornosti mnoha odborníků a vědců. Setkáváme se s velkým množstvím odborných prací zabývajících se problematikou volného času. V současnosti existuje celá řada přístupů ke studiu volného času. Ráda bych nyní představila několik definic volného času, které mne nejvíce oslovily.

„Volný čas je čas, v němž člověk svobodně volí a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, které obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti“ (Němec a kol., 2002, s. 17). Bakalář (In Němec a kol., 2002, s. 17) doplňuje tuto definici, když uvádí, že volný čas nemá jen dimenzi člověka – jednotlivce, ale také dimenzi sociální, neboť mnoho činností ve volném čase má společenský význam a člověk je koná ve skupinách s povědomím sociálních vazeb.

Dle Spousty (1996) je volný čas sférou svobodné volby činností a proto je subjektivně pocíťován jako nejcennější čas, je to doba, která zůstane po splnění pracovních, rodinných a společenských závazků. Volný čas především zahrnuje odpočinek, rekreaci, zábavu, zájmové činnosti, vzdělávací činnosti a dobrovolně společensky prospěšné činnosti.

Specifičnost volného času tkví ve svobodné volbě jedince při výběru nejrůznějších aktivit provázených intenzivními prožitky, novými životními zkušenostmi a pocitem volnosti, svobody, radosti a štěstí ze smysluplně prožívaného života (Spousta, 1996).

Zich (In Spousta, 1996, s. 16) dělí volný čas dle činností v % na: kulturní činnosti 56 %, společenské činnosti 13 %, rekreační činnosti 9 %, záliby 8 %, rodinné činnosti 7 %, pasivní odpočinek 5 % a sportovní činnosti 2 %.

Bakalář (In Němec a kol., 2002, s. 15) rozděluje týdenní program volného času člověka na:

- „ Čas pracovní
- čas pro zábavu a zájmovou činnost
- čas reprodukční (pro uspokojování základních životních potřeb)
- čas pro tvořivou činnost

- čas pro ozdravující činnost
- čas pro druhé.“

Významný francouzský sociolog volného času Dumazedier (In Šerák, 2009) vymezuje volný čas jako souhrn činností, kterým se jednotlivec může věnovat podle vlastní libovůle, ať již aby si odpočinul, aby se pobavil, nebo aby rozvíjel svou dobrovolnou činností na společenském životě svou informovanost nebo své vzdělání nezainteresované povoláním a to tehdy, když se uvolnil od všech pracovních, rodinných či společenských závazků.“ Veškeré lidské aktivity rozdělil Dumazedier do 4 základních kategorií: 1. práce, 2. rodinné závazky, 3. sociální závazky a 4. aktivity orientované na sebeuspokojení či sebevyjádření. Pro druhý a třetí typ aktivit používá pojem polovolný čas.

Dle Hofbauera (2004, s. 13) je: „Volný čas časem, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Někdy se vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností.“ Domnívám se, že výše uvedená definice nevystihuje zcela přesně podstatu volného času a jako přesnější se mi jeví jiná definice dle Hofbauera (2004, s. 15): „Volný čas je činnost, do níž vstupujeme s očekáváním, účastníme se jí na základě svobodného rozhodnutí a přináší nám příjemné zážitky a uspokojení.“

Dle Pávkové (2002) je volný čas doba, která nám zbývá po splnění povinností. Je to oblast naší svobodné volby. Zahrnuje činnosti, které vykonáváme dobrovolně, rádi, přinášejí nám radost a uspokojení.

Dle Vážanského (2001, s. 22): „Volný čas je časový prostor, který člověku umožňuje svobodnou volbu činností, kdy člověk vybírá činnosti nezávisle na společenských povinnostech, vykonává je tedy dobrovolně a tyto činnosti mu poskytují uspokojení a příjemné zážitky.“

Zřejmě nejznámější definicí volného času je definice J. Průchy, E. Walterové, J. Mareše (In Pávková, 2002, s. 10). „Volný čas je možno chápat jako opak nutné práce a povinnosti a doby nutné k reprodukci sil.“

### 1.1.1 Funkce volného času

Volný čas je specifickou oblastí výchovného působení a plní funkci výchovně-vzdělávací, preventivní, zdravotní a sociální. V rámci výchovně vzdělávací funkce jsou lidé motivová-



ni k získávání nových vědomostí, dovedností a návyků a tím dochází k jejich vzdělávání. S výchovně vzdělávací funkcí úzce souvisí funkce sociální, která spočívá v rozvoji komunikace a získávání společenských návyků a rovněž funkce zdravotní, která přispívá k celkové obnově duševních a fyzických sil. V poslední době se ukazuje, že jednou z nejdůležitějších funkcí volného času je funkce preventivní. Aktivní trávení volného času a jeho smysluplné naplňování funguje jako prevence patologických jevů. Dle Spousty (1996) lze do patologie volného času řadit situace, kdy jedinec není schopen odpočívat z různých důvodů. Další příčinou neefektivního využívání volného času může být nuda nebo nedostatečná znalost pravidel psychohygieny. Jak uvádí Kaplan (In Vážanský, 2001) volný čas má být prospěšný jak jedinci, tak společnosti, má rozvíjet pocit vlastní individuality, umožňovat pozitivní zážitky a podněcovat v člověku tvůrčí síly.

Otázka funkcí volného času je v pedagogických resp. společenských vědách velmi frekventovanou. Všeobecně jsou přijímány 3 základní funkce volného času dle Hradečné (In Šerák, 2009) a to: *odpočinek* (duševní a fyzická relaxace, kompenzace únavy, obnovení síly), *zábava* (osvobození od nudy a frustrace) a *rozvoj osobnosti* (sebevzdělávání, osvobození od automatismu).

Taktéž Dumazedier (In Spousta, 1994) rozlišuje 3 základní funkce volného času: *odpočinek* (zotavení, reprodukce pracovní síly), *rozptýlení* (zábava, rozptýlení, kompenzace, únik z monotónnosti práce) a *rozvoj osobnosti* (fyzický, kulturní, sociální). Volný čas dle něj osvobozuje od únavy, odstraňuje fyzické nebo nervové poruchy vyvolané napětím a výkonem povinností zejména pak práce. Dle autora existují na základě empirického výzkumu čtyři společné charakteristiky volného času:

- volný čas je svobodnou volbou - osvobozuje od povinností určitého druhu
- volný čas je částečně zaměřen na nějaký zistný nebo angažovaný cíl,
- volný čas hedonistické povahy - uspokojuje jednotlivce, je orientovaný na bezprostřední nezávazné ukojení tužeb a požadavků jednotlivce,
- volný čas - uspokojuje osobní požadavky, tehdy všechny základní funkce odpovídají potřebám jednotlivců na rozdíl od povinností ukládaných společností.

Spousta (1996) jako základní funkce volného času uvádí: odpočinek, zábavu, aktivní soužití se sociálním prostředím, zájmovou činnost a vzdělávání. U volného času je

významná i možnost seberealizace. Mezi činnostmi volného času poskytujícími odpočinek, vzdělávání a zábavu by měly být určité proporce.

Existují i další kategorizace, jež dělí volný čas dle sociálních a objektivních funkcí a z nich pak vyplývajících volnočasových potřeb – uvolnění-zotavení, komunikace, informace a pohyb. Tato rozdělení funkcí VČ jsou v podstatě jen základní a neposkytují ucelenou představu o všech možnostech trávení volného času.

Se základními funkcemi volného času přímo souvisí zdravý životní styl v každém věku. Volným časem a jeho funkcemi se zabýval ve svém díle Kraus (2001), autor rozlišuje čtyři základní funkce VČ:

- Regenerační a zdravotně hygienická funkce - spočívá v obnově sil a udržování fyzického a duševního zdraví.
- Vzdělávací a sebevzdělávací funkce - přispívá k celkovému rozvoji osobnosti, zahrnuje aktivity fyzické i duševní, které slouží k získávání nových poznatků zejména v oblasti zájmových činností.
- Kompenzační (relaxační) funkce znamená uvolnění, kompenzaci pracovního zatížení a regeneraci sil, patří sem např. potřeba aktivního odpočinku po náročné duševní práci.
- Socializační funkce, splňuje potřebu společenského uplatnění, přispívá k pocitu osobního uspokojení a vlastní prospěšnosti.

Funkce a možnosti volného času komplexně vymezil německý pedagog volného času Horst. W. Opaschowski (In Hofbauer, 2004, s. 14-15), který za základní považuje:

- „Rekreaci (zotavení a uvolnění)
- Kompenzaci (odstraňování zklamání a frustrací)
- Výchovu a další vzdělávání (učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení)
- Kontemplaci (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba)
- Komunikaci (sociální kontakty a partnerství)
- Participaci (podílení se, účast na vývoji společnosti)
- Integraci (stabilizaci života rodiny a vrůstání do společenských organismů)
- Enkulturu (kulturní rozvoj sebe samých, tvořivé vyjádření prostřednictvím umění, sportu, technických a dalších činností.“

Volný čas může plnit i další funkce, a to zejména ty, jež mají individuální podobu, hledají informace a jejich úkolem je interakce a společenská. Stejně jako se v průběhu života mění výběr volnočasových aktivit, tak se mění i funkce, které takto prožitý čas plní.

### 1.1.2 Faktory ovlivňující trávení volného času

Lidé se liší nejen životním stylem, ale také způsobem využívání volného času. Základní návyky a postoje si většina z nás vypěstovala již ve své původní rodině a proto je to právě vliv, velikost a charakter primární a současné rodiny, který je možno chápat jako zásadní faktor ovlivňující způsoby a náplň volného času v současné společnosti.

Existuje ovšem celá řada dalších faktorů, které ovlivňují prožívání volného času a těmi jsou zejména pohlaví, věk, vzdělání, fáze života, sociální postavení, profese, velikost příjmů, zdravotní stav, množství volného času, dostupnost volnočasových aktivit, hodnotová orientace, místo bydliště, záliby a mnoho dalších. Důležité je uvědomit si, že k volnočasové participaci dochází také v rámci kultury a společnosti. Volnočasovou orientovanost rovněž ovlivňuje veřejná politika nebo tradice.

Reálné jsou samozřejmě i faktory, které znemožňují využívání volného času, sem řadíme např. zhoršující se situaci velké části naší populace, rostoucí životní nejistotu a klesající schopnost pokrýt finanční nároky, které se promítají do života rodin. Zdrojem sociálního vylučování znemožňujícího využívat volný čas se staly také netolerance, xenofobie a rasismus. Velkou překážkou pozitivní realizace volného času se pro mnohé mladé lidi, zejména v zemích druhého světa, stává předčasný nucený vstup do pracovního procesu (Hofbauer, 2004).

Jednání člověka ve volném čase je do jisté míry možno posuzovat i dle míry aktivity a velikosti úsilí, které je ochoten vynaložit pro splnění svých plánů a tužeb. Důležitými faktory jsou samozřejmě sociální interakce a vztahy mezi lidmi.

Výzkumy ukazují, že hodnotu volného času oceňují zejména mladí jedinci s vyšším vzděláním, zaměstnanci, úředníci, žáci a studenti. Nízkou důležitost mu naopak přiřkládají důchodci, zemědělci, osaměle žijící lidé s nižším vzděláním a lidé s nízkými příjmy (Šerák, 2009).

### 1.1.3 Volný čas a jeho význam v životě člověka

Volný čas může být pozitivní hodnotou pouze tehdy, pokud jej člověk využívá ku prospěchu svému i ostatních. I když člověk nachází ve volném čase zábavu a odreagování od denních povinností, mají tyto činnosti pro něj smysl jen ve vztahu činnostem ostatním, zejména k práci. Aktivita, ve které se cítíme spokojeni přispívají k pocitům naplnění života, ale i tyto se v průběhu života mění zejména v důsledku vývoje, kterým jedinec prošel (Spousta, 1996). Optimálním stavem je vytvořit rovnováhu mezi sférou povinností a sférou volného času. Dle Pávkové (2002) je jedním z cílů výchovy naučit člověka rozumně využívat volný čas a formovat jeho zájmy.

Dle sociologických výzkumů prováděných v ČR v letech 1991, 1999 a 2008, pomocí nichž se měřily hodnoty a postoje občanů na reprezentativním vzorku v pravidelných vlnách, lze vysledovat, jaký význam má volný čas pro českou společnost. Na otázku: „Zda by měla mít práce vždy přednost i když by to znamenalo mít méně volného času?“ odpovědělo v r. 1999 43 % respondentů kladně a v r. 2008 už to bylo pouze 32 % respondentů. Lze tedy odvodit, že význam volného času v životě člověka stoupá. Neméně zajímavé jsou dotazy týkající se důležitosti setkávání se v rámci volného času s příjemnými lidmi, zde odpovědělo 46 % respondentů kladně, relaxaci ve volném čase považuje za důležitou 57 % a pro 49 % respondentů je důležité dělat v rámci VČ to, co sami chtějí (Rabušic, Hamanová, 2009).

Volný čas má dle Pávkové (2002) mnoho pohledů z různých hledisek. Ekonomické hledisko mapuje objem finančních prostředků vynakládaných na průmysl volného času. Jiným hlediskem je sociologické a sociálně psychologické hledisko, které se zaměřuje na činnosti ve volném čase, jež pomáhají utvářet mezilidské vztahy. Dalším ze silně působících sociálních vlivů jsou hromadné sdělovací prostředky – televize, rádio, internet, aj. Z politického hlediska je nutno zvážit, do jaké míry bude stát svými složkami zasahovat do volného času svých občanů. Dle tohoto hlediska by nabídka aktivit pro volný čas v městech a obcích měla tvořit funkční systém, který by nepreferoval žádnou instituci, organizaci ani majetkoprávní vztahy. Zdravotně-hygienický pohled sleduje podporu zdravého tělesného a duševního života člověka. V neposlední řadě Pávková (2002) poukazuje na pedagogická a psychologická hlediska, která berou v úvahu věkové a individuální zvláštnosti člověka a jejich respektování ve volném čase.

Je nepochybné, že člověk, jenž je odpočínutý, dokáže podat lepší pracovní výkon a i v rámci mezilidských vztahů je úspěšnější. Při zájmových činnostech ve volném čase mohou lidé získávat nové vědomosti, dovednosti a schopnosti, které mohou následně uplatnit ve své profesi a v životě. Způsob využití volného času je jedním z důležitých ukazatelů životního stylu. Jedna z definic volného času vymezuje životní styl jako souhrn životních forem, které jedinec aktivně prosazuje. Životní styl dle Bakaláře (In Kraus, 2001) zahrnuje hodnotovou orientaci člověka, projevuje se v jeho chování i ve způsobu využívání a ovlivňování materiálních i sociálních životních podmínek. Všechny tyto skutečnosti lze posuzovat taktéž z hlediska volného času a hospodaření s ním.

#### 1.1.4 Přínos volného času

Volný čas je, jak uvádí Hofbauer (In Pávková, 2002) prostorem možného rozvoje socializace osobnosti případně jeho izolace. Se vznikem a rozvojem sféry volného času dochází k jeho obsahové odlišnosti a přibližování se potřebám jednotlivců různých věkových a sociálních skupin současné generace (Šerák, 2009). Velká pozornost je v současnosti zaměřována na znevýhodněné a rizikové skupiny obyvatel, na základě čehož vznikají specializovaná zařízení, která vedle tradičních aktivit zahrnují široké pásmo sociálního působení nebo způsobů prevence negativních jevů. Úkolem těchto zařízení je zpočátku uspokojit prvotní zájem klientů a následně zajímavou formou upozornit na možná nebezpečí rizikového chování. Volnočasové aktivity v rámci zmíněných zařízení mají obecně velké spektrum, od činností umožňujících osvojit si různé dovednosti, vědomosti a návyky až po přiblížení se přírodě pomocí praktických činností. Obsah a členění volnočasových aktivit umožňuje komplexní působení na osobnost a seznámení se s různými stránkami života dnešního člověka.

Volnočasové aktivity jsou ovlivněny biologickým zráním a jsou odrazem dosažené úrovně sociálního, mentálního a psychického zrání (Kraus, 2001). Volnočasové aktivity slouží jako prostředek sociálního učení.

Kraus (2001) utřídil každodenní aktivity člověka do několika základních kategorií:

- aktivity orientované na práci, profesi a přípravu na ni
- aktivity spojené s rodinou
- aktivity v oblasti zájmové (vyhraňování zájmů a jejich rozvoj)

- aktivity směřující do společenského života
- aktivity týkající se základních biologických a hygienických potřeb

Nedílnou součástí volného času jsou zájmové činnosti, které se podílí významnou měrou na formování názorů, postojů a přesvědčení jedince. U dospívajících jedinců tvoří podněcování a usměrňování zájmů předpoklad pro budoucí profesionální orientaci a vytváří tím postupně návyk zabývat se i v dospělosti užitečnou činností a vhodně tak využívat volný čas (Němec a kol., 2002).

## 2 OBECNÝ POHLED NA STÁRNUTÍ A STÁŘÍ

Psychologové konstatují, že člověk je tak starý, jak staře myslí a jedná. Stáří je především funkcí duševního a tělesného stavu a zdaleka ne jen odrazem počtu let života. Obecně lze říci, že člověk je relativně mladý, dokud je schopen se učit, snášet odlišné názory, získávat nové zkušenosti a nechat se jimi ovlivnit (Štílec, 2004). Stárnutí obyvatelstva se svými sociálními a ekonomickými dopady na společnost se v současnosti považuje za jeden ze zásadních problémů lidstva. Populace osob starších 60 let tvoří ve vyspělých zemích 22 % společnosti, v ČR je to 21 % a je reálný předpoklad, že toto procento bude i nadále stoupat. Dle empirického výzkumu provedeného v r. 2003, byl z faktorů při vnímání člověka jako starého nejčastěji volen fyzický zdravotní stav, následován věkem, ztrátou duševní svěžesti a ztrátou autonomie, zajímavé bylo, že odchod do důchodu se objevil jako důvod vnímat člověka jako starého u pouhých 17 % případů (Vidovičová, Rabušic, 2003). V důsledku demografického stárnutí je nutno brát zřetel na skutečnost, že spolu s počtem starších osob bude zřejmě v budoucnu narůstat počet lidí, kteří v důsledku zhoršeného zdravotního stavu nebudou schopni vykonávat všechny běžné aktivity každodenního života a budou se tím pádem stávat závislými na pomoci jiných osob. Mezi lidmi, alespoň v mém blízkém okolí, naštěstí ve většině případů stále panuje názor, že za péči o stárnoucí rodiče nebo jiné příbuzné nese zodpovědnost v první řadě rodina. Postarat se o své blízké je vnímáno jako povinnost a samozřejmost, jako vyjádření vděčnosti a poděkování za péči, která nám samotným byla věnována v dětství.

### 2.1 Stárnutí

Problematika vývojového období senia je v dnešní době hodně frekventované téma, jež se dotýká každého z nás a nalezneme rovněž dostatečné množství odborné literatury zabývající pojetím termínů stárnutí a stáří z různých hledisek.

Jak uvádí Vágnerová (1999, s. 313): „Stárnutí je proces, spojený s pozvolným úpadkem všech tělesných funkcí.“ V tomto období se začínají projevovat potíže, mnohdy jsou změny natolik nepatrné, že si jich člověk ani není vědom. Dle Vágnerové (1999) dochází ke zhoršování základních smyslových funkcí, zraku a sluchu, klesá tělesná síla a pohybová koordinace, zpomaluje se rychlost a pohotovost reakcí a stále častěji se objevují nejrůznější zdravotní obtíže. Věk 50 let je považován za jakýsi mezník, který s definitivní platností

potvrzuje počátek stárnutí. V průběhu stárnutí se u člověka mění postoj k vlastnímu tělu a zevnějšku. Je nutno se vyrovnávat s postupným úbytkem sil, přijmout skutečnost vlastního stárnutí a adaptovat se. Dochází rovněž k růstu pocitů nejistoty a obav ze selhání, tyto pocity narušují sebehodnocení jedince. Stárnutí je spojeno s rizikem ztráty možnosti užít si dosaženého sociálního statusu, finančních prostředků a sociálního zázemí. Z hlediska původu a vývoje jedince je možno stárnutí považovat za přechodné období mezi dospělostí a stářím, je biologickým předpolím stáří. Dle Pacovského (1990) probíhá biologické stárnutí u většiny lidí v období 60 – 75 let, vlastní stáří nastupuje kolem 75 let. Stárnutí má individuální charakter, každý člověk stárne podle vlastního programu a teprve vlastní stáří se vyznačuje stabilním funkčním uspořádáním. Jak uvádí Langmeier, Krejčířová (2006, s. 203): „Pochod stárnutí je u každého druhu geneticky zakódován a pro každý druh existuje maximální hranice délky života, po ní jako by příroda „ztrácela zájem“ na dalším udržování individuálního života (u člověka bývá za tuto hranici nejčastěji pokládán věk 125 let).“

V průběhu stárnutí a ve stáří se u lidí objevují charakteristické metabolické změny na úrovni molekulární, buněčné, tkáňové i orgánové a mnohé z nich jsou spíše následkem než příčinou stárnutí (Pacovský, 1990).

Existuje vícero rozdělení dle věku, např. kalendářní věk, demografický věk a důchodový věk. Tím, že nestárneme všichni stejně, dochází k rozporům mezi věkem kalendářním, který se řídí datem narození a věkem biologickým, který je těžko hodnotitelný, neboť je individuální, rozdíl může být až 10 let. Kalendářní věk je nám daný, za biologický si můžeme sami, protože se na něm podílíme, resp. jej můžeme ovlivnit svým způsobem života, stravovacími návyky, fyzickou aktivitou, zlovyky jako je kouření či alkohol. Biologické stáří lidí je většinou daleko vyšší než jejich kalendářní věk. Z antropologického hlediska stárne člověk dvakrát, a to jako jedinec v procesu vlastního vývoje osobnosti a jako živočišný druh v rámci kmenového vývoje lidstva na Zemi (Wolf a kol., 1982).

Stárnutí je komplexní a komplikovaný pochod, a mluví-li dva lidé o stáří a stárnutí, tak by měli jasně vymezit o jakém období hovoří, protože každý člověk stárne jinak, resp. vlastním tempem. Existuje ovšem jedno hledisko, dle kterého stárneme všichni stejně a to z hlediska chronologického, každý den právě jen o jeden den (Gregor, 1983). Pro počátky skutečného stárnutí je rozhodující biologický věk člověka, nazývaný též somatický, který odpovídá celkovému stavu růstu a vývoje jedince (Wolf a kol., 1982).



Kocovskij (In Tvaroh, 1983) uvádí, že je-li nervová soustava jako celek porušena, znamená to rychlé zestárnutí celého organismu. Kocovskij dále upozorňuje na důležitost spánku, jakožto útlumové reakce proti zaplavení organismu škodlivými látkami vznikajícími při únavě, tvrdí, že nedostatek spánku je škodlivější, nežli nedostatek potravy. Člověk na rozdíl od jiných tvorů nežije pouze přítomností, ale uvědomuje si svoji minulost i budoucnost. Má možnost tyto procesy ovlivnit. Vzpomíná, kriticky hodnotí a spřádá plány pro další etapy. Všeobecně je stárnutí spojováno se ztrátou motivace, radosti ze života, síly a energie. Lidé stárnutí pojí s nemocemi, bolestí, osaměním i bezmocí a v neposlední řadě s umíráním a smrtí. Nikdo z nás nechce být starý, bráníme se dokonce i tomu, být za staré považováni. Lidé se snaží obavy ze stárnutí ovlivňovat případně mírnit pomocí nejrůznějších prostředků.

Dle Tošnerové (2009) patří mezi hrozby stáří obava ze ztráty nezávislosti. Tyto obavy souvisejí s pojmy jako bezmoc, ponížení, ignorace okolí, strach z odloučení, ztráta autonomie a nesoběstačnost.

Kdy můžeme mluvit o úspěšném stárnutí? Obecně tehdy, jestliže se člověku daří řešit problémy tohoto období tak, že si zachovává kladný postoj k sobě samému, tzv. pozitivní sebeakceptaci a také tehdy, nejsou-li narušeny vzájemné vztahy mezi ním a jeho sociálním okolím. Lepší předpoklady k úspěšnému stárnutí mají lidé, kteří jsou vcelku zdraví, mají poměrně dobrý životní standard, dostatek sociálních kontaktů a alespoň jednoho blízkého člověka, od něhož pociťují lásku (Wolf a kol., 1982).

## 2.2 Stáří a jeho dělení

Podle Tošnerové (2009) je stáří přirozený a předvídatelný proces změn, který se vyznačuje značnou variabilitou. Týká se fyzického vzhledu, energetického stavu, duševních schopností a společenského života. Stáří je možno obecně charakterizovat jako funkce duševního a tělesného stavu. Otázkou je, kdy je člověk starý? Někdo má ve svých 30-ti letech myšlenku kmeta a naopak jsou mezi námi aktivní a činorodí 60-ti či 70-ti letí jedinci, jež se cítí stále mladí. Obecně by se dalo říci, že stáří začíná ukončením pracovního procesu a odchodem do důchodu. Velmi zajímavé je dělení lidského života na jednotlivá období dle starých Egyptanů, nazývajících se životní dekády. Jak uvádí Wolf a kol. (1982) egyptský rok byl kratší než náš a starověká věda tedy rozdělovala lidský věk na čtyři období dle Galena a to: jaro-dětství, léto-mládí, podzim-plodný život a zima-stáří.

Ve Středověku a na počátku novověku se užívalo rozdělení života dle čísla sedm, např. Komenský dělil lidské živobytí podle sedmiletých období: nemluvně (0), dítě (7), pachole-děvčátko (14), mládenec-děvče (21), jinoch-panna (28), muž-žena (35) atd. (Wolf a kol., 1982).

Dle měřítko Světové zdravotnické organizace můžeme definovat starého člověka jako člověka staršího 60 let. Od toho jsou pak odvozeny další kategorie: třetí věk od 60 - 74 let (rané stáří), čtvrtý věk od 75 - 89 let (pokročilý věk nebo-li vlastní stáří), vysoký věk 90 - 99 let (dlouhověkost) a 100 a více let (Kubešová, 2006). Zatímco pro třetí věk je typická především nezávislost a aktivita (proto např. Univerzity III. věku), čtvrtý věk se vyznačuje závislostí na druhých lidech při zajišťování základních potřeb (Šerák, 2009).

Dle Pacovského (1990) je věk důležitou charakteristikou člověka. Kalendářní, chronologický, matriční věk je dán datem narození. V klasifikaci výše zmíněné Světové zdravotnické organizace je počítáno s tzv. patnáctiletými věkovými kategoriemi: kalendářní věk tedy dělíme:

- 45 – 59 let – střední věk
- 60 – 74 let – vyšší starší věk, rané stáří, předpolí stáří
- 75 – 89 let pokročilý čili stařecký věk, vlastní stáří, senium, opravdu staří lidé
- 90 a více let - dlouhověkost

Jak uvádí Wolf a kol. (1982, s. 98): „Vlastní stáří nastává u člověka až po šedesátém roce. Nástup stáří je ovšem současně také otázkou rasovou a typovou, tj. u různých ras a typů probíhá různě rychle. U černochů začíná dříve než u bělochů a mongoloidů. Obecně zde platí, že světlejší typy stárnou později, tmavé dříve (to se týká i žlutohnědé rasy, např. Eskymáků a Indiánů). Číňané a Japonci patří do stejné rasové skupiny, ale mají nástup stáří přibližně stejný jako europoidi.“

Vágnerová (1999) stáří rozděluje na:

- Období raného stáří – 60 – 75 let
- Období pravého stáří – 75 let a více

Dělení stáří – senia podle Musila (2006):

- Praesenum – 60. – 75. rok (WHO stanovila práh senia na 65. rok života)

- Kmetství – nad 75 let
- Patriarchální věk – nad 90. let
- Období umírání, smrt

### 2.2.1 Vědy zabývající se stárnutím a jejich cíl

Gerontologie ( z řec. Gerón – starý člověk, logos – nauka) je věda o stárnutí a stáří. Její největší rozvoj je vnímán a zaznamenán od 60. let 20. století, kdy začali být senioři významněji chápáni jako samostatná cílová skupina.

Dle Pacovského (1990) se Gerontologie se rozděluje do tří hlavních částí:

- gerontologie teoretická – hledá, třídí a řadí poznatky o hlavních mechanismech stárnutí, vytváří hypotézy a teorie stárnutí
- gerontologie klinická – zabývá se komplexním hodnocením stárnoucího a starého člověka. Část, jež se orientuje na zvláštnosti chorob ve stáří se označuje jako geriatric
- gerontologie sociální (populační) – orientuje se na vzájemné vztahy mezi starou populací a společnostmi jako celkem.

Wolf a kol. (1982, s. 129-133) uvádí: „Stárnutím po stránce duševního života, tj. z hlediska psychických funkcí v jejich jednotě s funkcemi biologickými, dále stárnutím jednotlivce v jeho interakci se sociálním prostředím a také postojem k vlastnímu stárnutí, čili prožitkovou stránkou stárnutí se zabývá gerontopsychologie, jejímž hlavním cílem je oddalovat stárnutí.“ Z hlediska praktických cílů jsou nejdůležitější okruhy otázek: 1. Jak souvisí způsob života ve stáří s dosavadním průběhem života? 2. Které faktory určují, jak člověk subjektivně reaguje na skutečnost vlastního stárnutí, zda je schopen zachovat si životní spokojenost? 3. Jak se podílejí společenské faktory na více či méně adaptivním stárnutí?

Další vědou, která souvisí se seniory je gerontopedagogika (též gerontagogika), která se rozvíjí jako teorie vzdělávání seniorů a je rovněž teorií přípravy lidí pro aktivní prožívání stáří. Jedná se o pedagogicko - andragogickou disciplínu, jež má úzké souvislosti s pedagogickou teorií celoživotního vzdělávání, a která nabývá na stále větší důležitosti v důsledku prodlužování se průměrné délky života lidí (Průcha, 2010).

V současné době zahrnuje gerontagogika veškeré vzdělávací aktivity spojené se seniory konkrétně jak uvádí Petříková, Čornaničová (In Šerák, 2009)

- *edukaci seniorů* jako hlavní těžiště zájmu vědy,
- *preseniorskou edukaci* – zahrnující přípravu na stáří,
- *proseniorskou edukaci* – zahrnující aktivity zaměřené na mezigenerační porozumění a společenské uznání stáří.

Cílem proseniorské edukace je v první řadě vytvářet pozitivní obraz o seniorech a tím překonávat negativní stereotypy (ageizmus) těchto stanovených cílů (Šerák, 2009). Toho lze dosáhnout především prostřednictvím skupinových aktivit, při kterých se setkávají příslušníci nejrůznějšího věku, tehdy se hovoří o tzv. integračním modelu vzdělávání.

### 2.3 Změny související se stářím

V tomto vývojovém období dochází ke změnám v oblasti tělesné (biologické), psychické a sociální. Je nezbytné zdůraznit, že při fyziologickém stárnutí a stáří se kvalitativně nemění struktura osobnosti, pro kvalitu psychiky ve stáří má daleko větší význam osobnost než-li kalendářní věk (Pacovský, 1990). Stárnutí všeobecně přináší zhoršení zdravotního stavu, nejmarkantnější jsou tělesné a psychické změny, v důsledku kterých dochází k celkové degradaci osobnosti starých lidí. Dle Vágnerové (1999) je proces stárnutí individuálně proměnlivý a to z hlediska času, rozsahu i závažnosti projevů. Tento proces rovněž závisí na vzájemném působení dědičných předpokladů a důsledků různých vlivů prostředí, jež se v organismu člověka v průběhu života nahromadily. Ve stáří dochází ke kumulaci různých nemocí, k tzv. polymorbiditě. Podstatným způsobem se mění zevnějšek starého člověka, čímž je ovlivňován jeho sociální status.

Hersey (In Štilec, 2004) uvádí, že stárnutí je možno rozdělit na dva procesy, jedním je stárnutí jako obecné biologické změny spojené s věkem jedince, které jsou nezávislé na aktuálním zdravotním stavu nebo vlivech prostředí. Druhý proces naopak odráží zdravotní stav a vliv okolí.

Dle Pichauda, Thareauové (1998) je stárnutí působení času na lidskou bytost. Fyzické stárnutí přináší primárně změny složení organismu a následně změny funkcí – zpomalování, úbytek sil. Některé vlastnosti těla zůstávají stejné nebo se zlepšují. Stejně tak psychické funkce se s přibývajícím věkem nemění, například slovní zásoba či jazykové dovednosti

bývají zpravidla zachovány. Změny funkcí nejsou fatální a vhodná duševní a tělesná aktivita může zpomalit nástup funkčních změn a prodloužit tak aktivní věk seniora.

Spirduso (In Štilec, 2004) uvádí tři faktory, jež jsou rozhodujícími základními faktory při zpomalení stárnutí:

- zlepšení kvality výživy a snížení celkového objemu konzumovaných potravin
- přiměřený rozsah obecných aktivit, tj. duševních a pracovních
- odpovídající objem tělesných a relaxačních cvičení

### 2.3.1 Tělesné změny ve stáří

Každý člověk v určitém věku by měl věnovat dostatečnou pozornost svému zdraví a svým chováním tak předejít budoucím problémům. Typickým příznakem stáří je pokles váhy a výšky, který se ovšem projevuje během celého procesu stárnutí, v některých případech může být úbytek tělesné výšky až 10 centimetrů. Nezvratné jsou změny ve funkcích smyslových orgánů – zraku, sluchu a chuti. Fyzické projevy stárnutí lze nejdříve pozorovat na vnější podobě člověka, zejména vlasech a kůži, která ochabuje, neboť podkožní vazivo ztrácí svou elasticitu a vznikají vrásky. Během stáří výrazně klesá svalová síla a tělesná aktivita, snižuje se rychlost a pružnost pohybů. Pohybový aparát se velmi podstatnou měrou účastní na projevech stárnutí. Zachovaná pohyblivost je jednou z nejdůležitějších podmínek pro to, aby se starý člověk udržel v dobré kondici (Tvaroh, 1983). Negativním důsledkem stárnutí je zvýšená úrazovost seniorů, která rovněž souvisí s celkovou pohyblivostí a koordinací. Stáří se vyznačuje snížením životních potřeb, zde mám na mysli např. sníženou potřebu spánku, jídla či pohlavního pudu. Názor dřívějších badatelů, že stáří samo o sobě je nemocí, není správný. Kdy je starý člověk zdravý? Obecně je to tehdy, pokud se cítí dobře a nelze-li u něho zjistit žádnou nemoc podstatného významu jak uvádí Trojan (In Tvaroh, 1983). Starší lidé by měli rozlišovat obtíže, které s sebou přináší stáří, od nemocí, které stáří provázejí.

Vágnerová (1999) uvádí, kteří činitelé ovlivňující tělesné změny v průběhu stárnutí:

- „Genetické dispozice – jsou jednou z příčin značných individuálních rozdílů. Obecně lze říci, že lidé mají zakódován počátek a průběh stárnutí i určitou pravděpodobnou délku života. To je základ tzv. primárního stárnutí. Proces stárnutí je rovněž regulován funkcí DNA, která je nositelem genetické informace, jedná se

o tzv. genetické hodiny, tzn., že v určité době se aktivují geny, jež mají vliv na průběh stárnutí.

- o Vnější faktory – na nichž bude záviset do jaké míry se člověk přiblíží předpokládané maximální délce života. V tomto směru lze mluvit o tzv. sekundárně podmíněném stárnutí. Exogenní (vnější) zátěže ovlivňovaly v průběhu celého dosavadního života různé tělesné funkce, event. celý organismus. Výsledkem je aktuální stav, který může být právě z tohoto důvodu horší, než bychom mohli na základě genetických předpokladů očekávat.“

Dle Vohralíkové, Rabušice (2004) není pro kvalitu každodenního života seniora rozhodující samotná přítomnost nějaké nemoci, ale stupeň omezení, které nemoc přináší. Nejzávažnějším důsledkem nemocnosti ve vyšším věku je snížení soběstačnosti, které může vést až k bezmocnosti vyžadující soustavnou péči jiné osoby nebo dlouhodobou hospitalizaci popř. umístění starého člověka do ústavní péče. Dle Wolfa a kol. (1982) jsou tělesná a duševní aktivita a činorodost hlavními předpoklady dlouhého a zdravého stáří.

### 2.3.2 Psychické změny ve stáří

Dle Vágnerové (1999) se v období stáří mění i mnohé psychické funkce člověka. Proces stárnutí vede k různým strukturálním a funkčním změnám mozku. Změny podmíněné stárnutím se často projevují zpomalenými reakcemi, příčinou může být snížená produkce klíčových nervových zakončení, které umožňují přenos nervových impulsů. Biologicky podmíněné změny mohou mít různý charakter, jedná se buď o změny, jež jsou pouhým projevem stárnutí, a které je možno považovat za normální nebo o změny, které vyvolal nějaký chorobný proces. Změny dané stárnutím se projevují v oblasti těch procesů, které slouží k zaznamenávání, ukládání a využívání informací. Dle Šeráka (2009) má na úroveň duševní svěžesti zásadní vliv především intelektuální aktivita jedince, z čehož vyplývá, že pokud je mozek pravidelně trénován, podává vyšší výkony, v opačném případě jeho výkonnost klesá. Ve stáří člověk disponuje daleko větším okruhem citů, které jsou koordinovanější, než v mládí (Wolf a kol., 1982). Při rozhovorech se staršími lidmi je patrné, že si občas vybavují dřívější vjemy a situace poněkud zkresleně, často jsou tyto vjemy ovlivněny vlastními citovými představami nebo fantaziemi, popřípadě zdravotním stavem nebo momentálními pocity únavy. Není proto od věci brát určité informace podávané seniory s nadhledem a příliš nepátrat, zda se zakládají na pravdě.

Dle Vágnerové (1999) jsou změny poznávacích procesů nerovnoměrné a dochází k nim v dílčích oblastech i celkové skladbě poznávacích procesů, nejčastěji se projevují:

- Změnami aktivační úrovně – pomalejší rozhodování, těžkopádnost v důsledku únavy. Jako klad lze vnímat větší trpělivost a rozvážnost starých lidí.
- Změnami v oblasti orientace v prostředí – v důsledku zhoršování zraku a sluchu dochází k potížím v oblasti vnímání, rovněž používání kompenzačních pomůcek (naslouchadla) může být považováno za úpadek sociálních kompetencí.
- Úbytkem paměťových kompetencí a obtížemi při učení – dochází k celkovému útlumu a zpomalení paměťových procesů tj. ukládání a vybavování. Projevuje se zejména poruchami paměti, jež závisejí na více faktorech např. vzdělání, míře užívání paměti aj. a poruchami pozornosti – zhoršená koncentrace.

Starý člověk hůře chápe nové situace, obtížněji se učí novým věcem a celkově je pro něj složité se přizpůsobovat svému okolí. Zátěž může představovat jakákoliv změna. Naopak vzrůstá potřeba jistoty a stability. Jedním z typických znaků stárnutí je zpomalení a oslabení většiny řídicích funkcí, v důsledku čehož dochází ke snížení adaptability a k narušení odolnosti seniorů proti zátěži (Vágnerová, 1999).

Afektivní prožívání nabývá ve stáří jiné kvality, snižuje se intenzita emocí, člověk se snadno nenadchne pro nové, ale dokáže situace řešit klidněji a racionálněji (Langmeier, Krejčířová, 2006). V pozdějším věku bývají mnohdy lidé méně zaujati událostmi okolního světa a jsou více soustředěni na sebe a své problémy. Nedostatky ve smyslovém vnímání mohou vyvolávat emoční problémy, hlavně deprese, úzkosti a výbušnost starých lidí jak uvádí Baštecký, Vojtěchovský a kol. (In Štilec, 2004). Říká se, že starý člověk karikuje svou vlastní povahu (Pacovský, 1990).

Dle Vágnerové (1999) může docházet k úpadku všech projevů vůle, k rezignaci a apatii. Projevuje se to zejména snížením potřeby stimulace a potřeby učení se novému. Starý člověk upřednostňuje stereotyp a potřebuje podporovat naději a otevřenou budoucnost, která vyplývá ze zachování vlastní sebeúcty.

Ze všech projevů spjatých se stářím nejvíce vynikají změny osobnosti. Starý člověk hůře odolává větším psychickým zátěžím, stresům a konfliktům. Mnohdy se jedinec po celý život tvrdý, buď z nedostatku citovosti nebo proto, že se dokázal ovládat, ve stáří lehce rozpláče (Tvaroh, 1983). Osobnost člověka je výsledkem celého předchozího vývoje, ale

i současné přizpůsobivosti na nezbytné obtíže vyššího věku. Ve stáří lze však spatřovat i jistá pozitiva, vlivem zkušeností a vyzrálosti dochází ke zklidnění a zmoudření člověka. Roste trpělivost a rozvážný přístup při některých činnostech a za klad ve vyšším věku je rovněž považováno větší pochopení problémů ostatních lidí, stálost v názorech a vztazích k okolí.

### 2.3.3 Sociální změny ve stáří

Stáří je spojeno s řadou sociálních změn a sociálních rolí. Jedinec začne být považován za starého, přestane-li plnit svoji roli zaměstnaného, ze sociálního hlediska je to nejvýznamnější role, a jeho odchod do důchodu je kritériem přiřazení ke starým lidem (Wolf a kol., 1982).

Dle průzkumu týkajícího se souhrnných informací o životě českých seniorů prováděného v r. 2003, seniorům nejvíce scházel po odchodu do důchodu finanční rozdíl mezi platem a penzí, pocit užitečnosti, kontakty s kolegy, partnery či zákazníky a dále to, že již nebudou vytyženi povinnostmi (Vidovičová, Rabušic, 2003).

Pro stáří je typická proměna sociálních rolí. Sociálně podmíněnou změnou role je již zmiňovaný odchod do důchodu, další změny jsou podmíněny biologicky a přicházejí se ztrátou životního partnera nebo je-li člověka, v důsledku špatného zdravotního stavu nutno umístit do léčebny či domova důchodců. Takový člověk pak jednoznačně ztrácí svoje soukromí a stává se pacientem či klientem. Aktivní život ve stáří rovněž není myslitelný bez dostatečného finančního zabezpečení, tudíž ztrátu některých rolí ovlivňují ekonomické faktory, což je chápáno spíše jako omezení možnosti na aktivní začlenění člověka do společnosti.

Jak uvádí Rabušic (1995, s. 146): „Naše společnost si stáří spojuje s chudobou a osamělostí, senioři jsou pro mladou populaci nepotřební a na obtíž. Stereotypní postoj vůči starým osobám mnohdy vede až k jejich diskriminaci k tzv. ageizmu.“ Tato definice dle mého názoru přesně vystihuje morálku dnešní společnosti, neboť jasně popisuje postoje současné generace v produktivním věku a zároveň obavy generace starší. Americký psycholog Abraham Maslow (In Pichaud, Thareauová, 1998) shrnul základní lidské potřeby do pěti kategorií do tzv. pyramidy potřeb, přičemž na prvním stupni jsou fyziologické potřeby, následované potřebou bezpečí a jistoty, dále potřeba sounáležitosti a lásky, potřeba autonomie resp. potřeba uznání a úcty a na vrcholu pyramidy se skví



potřeba seberealizace a sebenaplnění. U starších lidí existuje velmi silná potřeba bezpečí, ať už se jedná o fyzické, psychické či ekonomické zabezpečení. Senioři rovněž nechtějí být vyřazeni ze společnosti, důležitou součástí sociálních potřeb je proto pro ně informovanost, a pocit, že jsou jejími platnými členy. Stejně jako každý jiný člověk i senioři usilují o možnost zůstat užitečnými a v neposlední řadě by měli pociťovat, že jsou milováni. „Všechny lidské potřeby tvoří celek, který spojuje fyzickou, psychickou a sociální stránku člověka, jsou od sebe neoddělitelné (Pichaud, Thareauová, 1998, s. 41).“

Česká republika je jedním ze států, který klade velký důraz na kvalitu života svých občanů, lepší pracovní podmínky a sociální ochranu. V důsledku toho vznikl Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012, tento dokument vypracovalo Ministerstvo práce a sociálních věcí a jeho hlavní prioritou je zvýšení kvality života ve stáří. Program je zaměřen na podporu seniorů v následujících oblastech jejich života: etické principy, přirozené sociální prostředí, pracovní aktivity, hmotné zajištění, zdravý životní styl a kvalita života, zdravotní péče, komplexní sociální služby, společenské aktivity, vzdělávání a bydlení (Šerák, 2009). Neméně důležitým cílem programu je podpořit solidaritu a soudržnost mezi generacemi, zájem o situaci, těžkosti a preference starších lidí v ČR a zvýšit subjektivní i objektivní pocity bezpečí českých seniorů, včetně úpravy důchodového systému, tak aby byl mezigeneračně a sociálně spravedlivý /[www.mpsv.cz/online/2008/](http://www.mpsv.cz/online/2008/). V současné společnosti jde především o to, aby bylo stáří přijímáno jako realita a senioři jako její nedílná součást, cílem by proto měla být integrace seniorů, nikoli jejich segregace.

#### **2.3.4 Senior - příčiny sociálního úpadku a možná řešení**

Co se týká vymezení pojmu senior, byl donedávna všeobecně používán pro osoby starší 60 let, v poslední době se tato hranice stále častěji posouvá na 65 let. Senior je chápán jako člověk aktivní, soběstačný, bohatší a proto by tento termín neměl být ztotožňován s rolí důchodce, jak uvádí Vidovičová, Gregorová (In Šerák, 2009). O způsobu života ve stáří rozhoduje zejména zdravotní stav a stupeň soběstačnosti geronta. Dle Pacovského (1991) v této souvislosti vystupuje do popředí celoživotní úloha člověka jako tvůrce vlastního zdraví a tím nepřímo i spokojeného způsobu života ve stáří. Životní styl starého člověka je ovlivněn mnoha kritérii, mimo zmiňované zdraví a soběstačnost jsou dalšími kritérii např. ekonomická situace, osamělý způsob života, bydlení, rodinné vztahy, temperament aj. I když senioři netvoří homogenní skupinu, jsou v odborné literatuře popisovány některé

vlastnosti typické pro tuto skupinu. Často jsou uváděny negativní rysy, které bývají obvykle primární příčinou sociálního úpadku a diskriminace seniorů, dle Šeráka (2009) jsou to např.:

- ohrožení chudobou
- nezaměstnatelnost
- zdravotní omezení
- obtížné zvládnání moderních technologií
- sociální a prostorová izolace
- systémová segregace
- diskriminace, předsudky, ageizmus (vyřazování starších lidí z různých aktivit).

Některé analýzy tyto jevy potvrzují, jak uvádí dále (Šerák, 2009) v ČR žije přes 7 % důchodců pod hranicí chudoby, polovina všech obyvatel domovů pro seniory se do těchto zařízení neuchyluje, protože by potřebovali každodenní péči, ale z pocitu osamělosti a snahou nebýt na obtíž, či vyřešit bytovou situaci své rodiny. Varující je i údaj, že z celkového počtu nezaměstnaných tvoří osoby starší 50-ti let celou jednu čtvrtinu. Více než polovina seniorů přiznává, že odešli do penze proti své vůli a téměř 50 % důchodců se domnívá, že by své poslední zaměstnání byli schopni vykonávat i nadále. Obecně se soudí, že starší lidé oplývají nižšími fyzickými schopnostmi, brání se novému nebo jsou často nemocní. Tyto postoje veřejnosti vůči stárnoucí populaci však nejsou zcela oprávněné. Za dané situace je nutno věnovat více pozornosti objektivnímu hodnocení schopností stárnoucího a starého člověka a přihlížet rovněž k jeho životním zkušenostem, vědomostem a dovednostem, k jeho léty prověřené odbornosti. Dle Kuchařové (2002) se pracovní aktivita neuzavírá dosažením důchodového věku pro 37 % seniorů. Její nejčastější formou je souběh pobírání důchodu a krátkodobých pracovních smluv nebo brigád. Další formou, kterou někdy zažila téměř polovina osob v důchodovém věku, je pobírání důchodu a současně pracovní úvazek na určitou část roku. Vzhledem k proměnám populačního klimatu a demografických charakteristik a vlivem menšího počtu narozených dětí se předpokládá, že bude docházet ke změnám v průběhu rodinného cyklu a časování života do jednotlivých fází. Dnes platí jednoznačné rozdělení života do tří fází: mládí je obdobím vzdělávání a přípravy na pracovní dráhu, dospělost je obdobím ekonomické aktivity a největší produktivity, stáří je

obdobím důchodu a užívání si nadbytku volného času. Do budoucna je však předpoklad, že se věkové normy stanou pružnějšími a jednotlivé aktivity nebudou tak striktně svázány s věkem (Vohralíková, Rabušic, 2004). Společnost si nebezpečí krize vyplývající z rostoucího počtu seniorské populace a snižujícího se počtu osob v produktivním věku začíná uvědomovat a problém mezigenerační solidarity se snaží řešit nejrůznějšími způsoby.

V rámci dlouhodobého výzkumu hodnot a postojů v ČR autoři zjišťovali mimo jiné, do jaké míry jsou občané v České republice znepokojeni životními podmínkami starých lidí. V roce 1999 bylo 25 % respondentů ve věku nad 60 velmi silně znepokojeno, v roce 2008 to již bylo plných 34 % respondentů (Rabušic, Hamanová, 2009).

Dle Šeráka (2009) se snahy o řešení objevují i na mezinárodní úrovni, přičemž otázka kvality života seniorů se objevila jako jeden z podstatných úkolů v projektu Světové zdravotnické organizace (WHO) Zdraví pro 21. století, prioritami mezi opatřeními ve vztahu k seniorům jsou:

- *zajištěnost* (základní biologické životní potřeby),
- *autonomie* (zachování rozhodovacích kompetencí),
- *participace* (aktivní zapojení do společenských procesů),
- *důstojnost* (respekt společnosti, zajištěná kvalita života),
- *seberealizace* (saturace vlastních zájmů).

Dle Vohralíkové, Rabušice (2004) v budoucnu bezpochyby dojde ke změně socioekonomického postavení lidí v důchodovém věku, už s ohledem na vyšší vzdělanost budoucích seniorů, bohatší pracovní kariéru či současný vývoj ve společnosti. Existuje předpoklad, že bude docházet k pozvolnějšímu utlumování ekonomické aktivity občanů, nikoli nárazovému odchodu do penze, jako je tomu nyní.

### 2.3.5 Rodinné zázemí a životní styl seniorů

Životní okruhy starého člověka se s postupujícím věkem stále zužují a jejich počet se omezuje, např. ve věku 70 let převažuje již výrazně okruh domácí. U seniorů je patrný silnější vztah k rodinnému prostředí než u mladších lidí, staří lidé jsou více soustředěni na

svůj domov, citově se přimykají k rodinám svých dětí, ale zároveň se obávají, aby mladým nebyli přítěží (Vohralíková, Rabušic, 2004).

Sociologové a demografové dovedou číselně vyjádřit, jak je dobré pro staré lidi, mají-li rodinu a mohou v ní zůstat. Dle Tvaroha (1983) se za nejideálnější pokládá bydlení starých s mladými tzv. na jednom dvoře, přičemž každá rodina má vlastní domácnost. Senioři většinou preferují bydlení oddělené od dětí, tzn. dávají přednost soukromí a určité míře nezávislosti, zároveň však upřednostňují takové bydlení, jež jim umožní udržování úzkých kontaktů mezi generacemi (Vohralíková, Rabušic, 2004). Role prarodičů je bezpochyby velmi důležitá a významná, protože jejich vliv přispívá k dobrým mezigeneračním vztahům v rodině. Nezanedbatelná je pomoc při péči o vnoučata a jistou roli hraje i to, že prarodiče jsou jakýmsi mezičlánkem spojujícím minulost s budoucností. Rodina naopak zprostředkovává starému člověku kontakt se sociálním okolím a tím zabraňuje jeho izolaci a samotě. Vzájemná pomoc mezi seniory a jejich dospělými dětmi je téměř vždy obousměrná, samozřejmě pokud rodina nemá závažné problémy. Mám na mysli to, že v první fázi jsou prarodiče oporou svým dětem a jejich rodinám, jedná se zejména o finanční či jinou výpomoc při chodu domácnosti. Posléze se situace obrací a prarodiče v důsledku zhoršujícího se zdravotního stavu sami potřebují podporu svých nejbližších.

Určité změny v životním stylu minulých, současných a budoucích seniorů lze spatřovat v představách české veřejnosti o prožívání důchodu. Zatímco mezi lidmi nad 60 let dříve převládala strategie pasivnějšího prožívání důchodu, dnešní důchodci projevují v porovnání se svými předchůdci mnohem větší míru aktivity, mají větší rozsah zájmů a zároveň jsou lépe finančně zabezpečeni. Dle Šeráka (2009) hraje svoji roli také pomalý ústup tradiční mezigenerační rodiny, která automaticky přisuzovala seniorům role babiček a dědečků. Jsem přesvědčena, že senioři i nadále pomáhají svým dětem a jejich rodinám v rámci svých možností, ale tato aktivita již není hlavní náplní podzimu jejich života. Současní moderní důchodci naplňují svůj čas vzděláváním, cestováním či jinými aktivitami, které je baví a zajímají. V důsledku narůstajícího počtu seniorů roste nabídka služeb a výrobků jim určených a v případě, že je tato cílová skupina dostatečně motivována, stává se významným a atraktivním hospodářským fenoménem současnosti. Dnešní střední a mladší generace si přílišné iluze o prožívání svého důchodu nedělá, neboť s neustále prodlužovanou dobou odchodu do důchodu se mnozí stávají skeptickými. Pokud jim to však zdravotní stav a finanční možnosti dovolí, soudě dle ohlasů z mého okolí, rádi by

v důchodu cestovali a podzim života prožili aktivně ve společnosti svých rodin, přátel a vrstevníků.

Zdroj: Kuchařová 2002 (In Vohralíková, Rabušic, 2004)

<b>forma pomoci</b>	<b>vždy je-li to třeba</b>	<b>občas</b>	<b>výjimečně</b>	<b>vůbec ne</b>
probírám s nimi nejrůznější věci a pomáhám v řešení problémů	43	27	19	11
pomáhám při péči a výchově vnoučat	32	30	19	19
pomáhám s chodem domácnosti	11	17	25	47
poskytuji peněžní výpomoc	9	18	29	44

**Tab. 1.** *Vybrané formy pomoci seniorů rodinám jejich dětí (v %).*

### 3 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY SENIORŮ

Volný čas dnes poskytuje jednotlivcům i společnosti možnosti, které v minulosti zdaleka nebyly v takové míře k dispozici. Senioři jsou skupinou lidí, jež si velmi záhy po odchodu do důchodu uvědomí nadbytek volného času. Volnočasové aktivity byly pro mnohé z nich v minulosti, resp. během jejich aktivní pracovní kariéry, spojeny s výčitkami svědomí, neboť zaměstnání a plnění povinností považovali za hlavní náplň svého života. Senioři se postupně učí jakým způsobem naložit s tímto časem. Mnozí jsou na danou situaci připraveni, jsou všestranně aktivní, mají mnoho koníčků a zálib, sportují či cestují a důchodem pro ně začíná nová etapa života. Na druhé straně jsou lidé, kterým se odchodem na odpočinek zhroutl svět, kromě své práce neměli žádné jiné zájmy ani přátele a nyní nevědí, čím by přemíru volného času vyplnili, cítí se osamělí a nepotřební, trpí depresi. A právě pro tyto jedince existují nejrůznější instituce, jejichž náplní je pomoci seniorům najít nový životní elán a vyplnit volný čas nějak smysluplně. Ke zvýšení kvality života v důchodovém věku velkou měrou přispívají nejrůznější aktivizační programy a záleží na každém člověku, zda jich využije. Existuje mnoho činitelů, které ovlivňují výběr volnočasových aktivit seniorů, ať už se jedná o zdraví, materiální prostředky, postoj k volnému času a jeho náplni, či sociální prostředí geronta. Důležitým faktorem ovlivňujícím aktivní životní styl je rovněž partnerské soužití, vdané ženy a ženatí muži, tj. lidé žijící v dvoučlenné domácnosti se více zapojují jak v aktivitách párových, mezi něž počítáme např. návštěvy divadel, tak i aktivitách ostatních (Kuchařová, 2002).

#### 3.1 Obecný pohled na volnočasové aktivity seniorské populace

Odchodem do důchodu je v současné době stárnoucí člověk postaven před zásadní problém, musí změnit svůj životní styl, protože jeho dosavadní pracovní stereotyp přestává být funkční a objevuje se nadbytek volného času. S odchodem do důchodu se mění prožívání, vnímání i chování (Vohralíková, Rabušic, 2004). Někteří lidé se v důchodu cítí šťastní, užívají si život plnými doušky, cestují, vzdělávají se nebo se věnují vnučatům. Ne všichni senioři jsou však v důchodu spokojeni a v klidu, často bojují s nedostatkem financí či nemocemi. Existují i takoví jedinci, kteří se s odchodem do důchodu stávají nepříjemnými, nerudnými a konfliktními a svou přetrvávající energii si vybíjejí zasahováním do záležitostí druhých. Velkým rizikem dle Niederleho (In Vohralíková, Rabušic, 2004) je odchod do důchodu bez náhrady dosavadního rytmu života, bez konkrétního programu

a perspektivy. Senior by se měl i nadále zúčastňovat života, věnovat se zájmům, které ho těší a tělesně ani psychicky nevyčerpávají. I během důchodu odborníci doporučují jednodušší pracovní aktivitu, která pomáhá v tom, aby člověk zůstal činným i v pokročilém věku. Dnešní uspěchaná krizová doba příliš nepřeje zaměstnávání seniorů, byť na částečný úvazek. Můj osobní názor je, že většina důchodců ani pracovat netouží, protože za celý život se již „nadřeli dost“ a toto privilegium rádi přenechají mladší generaci. Jiná situace samozřejmě nastává, pokud se starší člověk ocitá ve finanční tísní a je okolnostmi nucen zapojit se opět do pracovního procesu. V dřívějších dobách lidé zejména z prostředí řemeslníků či zemědělců znali jen lopotu, a odpočívali převážně spánkem, na zábavu a zájmy jim nezbyval čas. Neuměli oddychovat, pobavit se a uvolnit, a své děti (dnešní seniory) vychovávali s pocitem, že dělat něco jen pro radost, je ztráta času. Teprve v polovině 20. století začal být volný čas posuzován méně přísně, např. i díky podnikovým rekreacím, práce však stále pohlcovala většinu času. Rozdělila bych dnešní seniory do několika skupin. První skupinou, jsou ti, kteří mimo televize nemají žádné hobby a vrcholem jejich aktivity je honba za slevami v supermarketech. Další skupina žije pouze svojí rodinou a veškerý volný čas tráví se svým partnerem, dětmi a vnoučaty. Poslední, aktivní skupina využívá akcí, které pro ně připravují kluby seniorů a další instituce. Tito senioři se celkově zajímají o společenské dění, osvojují si práci s moderními komunikačními technologiemi např. s počítači nebo navštěvují Akademie III. věku. Pokud se jedná o mimoškolní vzdělávání obyvatelstva, na kterém se podílejí i stárnoucí lidé, jsou tyto formy trávení volného času podstatně ovlivněny velikostí obce, v níž účastníci bydlí, blízkostí velkých kulturních center i denními programy televize. Velmi také záleží na hloubce a intenzitě návyků účastníků vzdělávat se v obci samotné a na tradicích, které vytvořilo např. klubové zařízení nebo místní organizace - klub důchodců, zahrádkářská organizace, klub chovatelů (Wolf a kol., 1982).

Při studiu odborné literatury mne zaujaly výsledky výzkumů týkající se zálib a zájmů seniorů v různých časových obdobích.

Z výzkumu provedeného v r. 1979 v Rakousku, kterého se zúčastnili lidé nad 60 let, vyplynulo, že největší oblast zájmu se týkala obsahu vzdělávání. Respondenti shodně uváděli (nebyl prakticky rozdíl mezi muži a ženami) největší zájem o cizí jazyky 43 %, literaturu 19 %, hudbu, poezii a divadlo 14 % a jiné koníčky 7 % (Wolf a kol., 1982).

Dle výzkumu provedeného v roce 2001 kolektivem autorů v čele s Věrou Kuchařovou (2002) v České republice, staří lidé nejčastěji uváděli jako oblíbené trávení volného času

sledování televize, četbu novin, setkávání s příbuznými a přáteli, práci na zahradě, chov zvířat a dále jiné koníčky např. vycházky či sportovní činnosti.

Naopak se v průměru lidé jen občas nebo výjimečně věnovali pomoci rodinným příslušníkům a o něco méně také pomoci sousedům či známým. Velmi málo seniorů mezi své zájmy zařadilo návštěvu divadel, neboť se obávali vycházet večer z domu, či se jim ceny vstupenek na nejrůznější kulturní akce zdály příliš vysoké, v porovnání s výší penze.

V rámci výše zmíněného výzkumu z r. 2001 byl rovněž pozorován nízký zájem o vzdělávání, který však není charakteristický jen pro osoby v důchodovém věku, ale je projevem celkově málo zakořeněné potřeby celoživotního vzdělávání v české populaci. Mladší generace je již motivována rozšiřující se nabídkou vzdělávání zejména v souvislosti s uplatněním se na trhu práce. Výzkumem bylo rovněž zjištěno, že čeští důchodci jsou individualisté, rádi navštěvují rodinu, ale přejí si zůstat nezávislí. Šetření potvrdilo, že významným ukazatelem životního stylu je zdravotní stav, dále pak věk, fyzická a psychická kondice seniorů. Zajímavým aspektem bylo, že k uspokojivému prožívání stáří přispívá velkou měrou vzdělání (čím vyšší vzdělání senior má, tím více praktikuje aktivit).

Aktivní stárnutí se dnes tlačí do popředí zájmu ve všech vyspělých zemích, Českou republiku nevyjímaje, protože populace stárne a přibývá starších občanů, je velmi dobře, že vznikají programy pro seniory i v menších městech a obcích. Různé kulturní aktivity nabízejí seniorům kvalitní využití volného času, jsou zdrojem sociálních kontaktů, naplňují jejich potřeby a dochází při nich rovněž k posílení mezigeneračních vztahů. Otázkou ovšem zůstává chuť seniorů tyto programy využívat. Jak uvádí Kubešová (2006, s. 136): „Je velmi důležité, aby senioři v sobě udržovali celkovou motivaci k životu, mysleli do budoucna a kultivovali v sobě pocit, že život má stále smysl, přestože se časový horizont už hodně zkrátil.“ Jednou z důležitých součástí aktivního životního stylu by měla být schopnost vyhledávat a udržovat dobré osobní vztahy, pěstovat přátelství, zajímat se o dění kolem sebe, udržovat si fyzickou kondici a neztrácet smysl pro humor (Gregor, 1983).

Kvalitní vzdělávací programy mají nezastupitelnou roli při zachování vitality seniorů, nabízejí jim smysluplné vyplnění volného času, možnosti setkávání se a komunikace s jinými lidmi a v neposlední řadě odpovídající mentální a fyzickou stimulaci (Kozáková, Müller, 2006).



### 3.1.1 Počátky a vývoj organizovaných volnočasových aktivit seniorů

Dle Vohralíkové, Rabušice (2004) v minulosti neexistovala prakticky žádná zájmová organizace seniorů. Přesto byli důchodci předmětem určité společenské péče, národní výbory pro ně organizovaly kluby důchodců s nejrůznější volnočasovou tematikou např. zájezdy či léčebné pobyty ve střediscích ROH. Další možností kulturního vyžití pro seniory představovaly besedy s pohoštěním a kulturním programem, jež pořádaly odborové organizace na bývalých pracovištích seniorů. Nejrozšířenějším typem organizovaných sdružení jsou kluby seniorů, které byly zřizovány od 70. let minulého století při městských úřadech, střediscích volného času či pečovatelských službách. V průběhu 80. a 90. let 20. století docházelo postupně k rozvoji klubové činnosti, jejímž hlavním cílem bylo udržení aktivního životního stylu seniorů, posílení seberealizace, prevence sociálního vyloučení a zejména zvýšení kvality jejich života. Prostřednictvím těchto klubů docházelo k setkávání seniorů, k výměně zkušeností a k smysluplnému trávení volného času. Kluby seniorů nabízely rovněž možnost dalšího vzdělávání, zpočátku pořádáním nejrůznějších seminářů a přednášek a postupně např. podporou Akademií III. věku.

Ráda bych alespoň stručně zmínila některé možnosti vzdělávání či aktivizace seniorů. Seniorské vzdělávání vznikalo v České republice na humanitních univerzitách již v osmdesátých letech minulého století. První přednášky a kurzy se většinou týkaly vztahu člověka k přírodě (Člověk a příroda, Zdravé potraviny, Problémy stárnutí apod.). K většímu rozmachu seniorského vzdělávání došlo v devadesátých letech, kdy jednotlivé vysoké školy mohly uplatnit ve studijních programech svá specifika. V r. 1995 bylo založeno občanské sdružení Asociace Univerzit III. věku (AU3V). Seniorské vzdělávání se těší i podpoře EU /[www.vutbr./online/](http://www.vutbr./online/), 2011/. Další možností vzdělávání seniorů poskytují Akademie III. věku, které působí v menších městech a jsou tak snadněji dostupné pro větší skupiny seniorů než Univerzity III. věku. Domnívám se, že je užitečné, aby si senioři zachovávali bystrou mysl a vzdělávání pomocí nejrůznějších forem (přednášky, výuka jazyků, Akademie III. věku apod.) k tomu bezesporu velkou měrou přispívá. Jsem rovněž nakloněna finanční podpoře klubů seniorů ze strany měst a obcí, protože co týče těchto klubů, jedná se vesměs o neziskové organizace a občanská sdružení, které fungují zejména díky obětavé práci několika nadšenců a bez zmíněné podpory od měst a obcí by jen stěží mohly poskytovat tak širokou a pestrou škálu volnočasových aktivit pro seniory.

## 3.2 Přehled zlínských klubů seniorů

Seniorská populace je ve Zlíně stále početnější a proto je jen dobře, že neustále přibývá na základě projeveného zájmu občanů nových klubů seniorů. V současné době je seniorům ve Zlíně a jeho příměstských částech k dispozici celkem jedenáct takových klubů. Dle střednědobého plánu sociálních a souvisejících služeb na období 2008 – 2012 je předpokládaný počet klientů cca 1100 členů/rok. Magistrát podporuje kluby seniorů relativně vysokou finanční částkou, která částečně pokrývá náklady spojené s provozem klubů, dalšími finančními zdroji jsou pak sponzorské dary a členské příspěvky. Měla jsem možnost konzultovat bližší podrobnosti týkající se klubů seniorů s vedoucí Odboru sociálních věcí Ing. Pobořilovou a s Mgr. Zubíčkovou, jež spolupracovala na střednědobém plánu sociálních služeb vztahujícím se mimo jiné i na seniory. Své cenné zkušenosti mi rovněž velmi ochotně předaly předsedkyně dvou vybraných zlínských klubů seniorů paní Matušková a paní Vaňková.

### 3.2.1 Klub seniorů na Podhoří

Nejstarším klubem seniorů (dále jen KS) ve Zlíně je KS Podhoří, který sdružuje 135 členů z toho 17 mužů. Klub byl založen již v roce 1992. Celá historie klubu je zachycena již v několika kronikách. Klub sídlí v objektu bývalých jeslí na sídlišti Podhoří. Tomuto klubu seniorů se věnuji důkladněji, neboť jsem zde realizovala svůj výzkum v rámci praktické části bakalářské práce.

Činnost klubu je rozdělena do několika kategorií:

- *vzdělávací* - zahrnuje čtyři jazykové kursy (němčina, angličtina - začátečníci a pokročilí)
- *sportovní* - cvičení, kalanetika, cvičení pro začátečníky
- *kulturní* - pořady vážné hudby s průvodním slovem o díle a skladateli, tyto pořady jsou uskutečňovány v Knihovně Fr. Bartoše ve Zlíně
- *zájmové* - receptáře, rady hospodyňkám, kulturně politické události, ruční práce
- *družební* - uspořádané akce např. při setkání s učiteli z Olomouce, setkání s brněnskými seniory, setkání s obyvateli Domova důchodů v Buchlovicích atd.

- *velké společenské akce* – Jarní posezení s programem a výstavkou ručních prací, Svátek matek, v jehož rámci probíhá oslava jubilantů, Vánoční posezení, Den seniorů - při němž probíhá každoročně poděkování všem, kteří se podílí na činnosti klubu
- *zájezdy* - po stopách Tomáše Bati (mrakodrap, Baťův kanál), ZOO Lešná, třídní akce (návštěva Trenčína a okolí v rámci Akademie III. věku)
- *zdravotní* - měření tlaku, zdravotní přednášky
- *knihovna* - půjčování knih a společné předčítání
- *bazárek* - výtěžek slouží jako doplatek společenských akcí
- *charitativní* - členky kroužku ručních prací posílají již několik let do Afriky vlastnoručně vyrobené obvazy, část výtěžku z bazárku je věnována jako finanční dar organizaci ADRA
- *zvláštní akce* - projekt podpory zdraví formou přednášek a pohovorů s lékaři
- *výlety za kulturou* - návštěvy divadel např. představení Zlínského divadla (Cyrano z Bergeracu, Madam Piaf, Opera, jo opera aj.)

V rámci KS Podhoří funguje již 5 let Akademie III. věku, která je hojně navštěvována seniory i z jiných zlínských klubů. Zájem o Akademii je tak mimořádný, že zdaleka nemohou být uspokojeni všichni zájemci. Hlavní zásluhu na otevření Akademie III. věku má předsedkyně klubu, paní Jana Matušková. Činnost Akademie obnáší zejména kvalitní přednášky a exkurze, v jejím závěru vyplňují účastníci anketu, v níž se mohou vyjádřit k absolvovaným přednáškám. Po slavnostním ukončení na radnici obdrží absolventi každoročně diplomy z rukou představitelů Magistrátu města Zlína. V součinnosti s touto akademií vznikl před několika lety mikroprojekt realizovaný z prostředků EU s názvem „Můj domov – region Bílé Karpaty“, jehož cílem je rozšiřovat, udržovat a prohlubovat přátelské vztahy mezi Českou republikou a Slovenskem, konkrétně mezi městy Zlín a Trenčín.

### 3.2.2 Klub seniorů Kvítková

Nejpočetnějším klubem seniorů ve Zlíně je KS Kvítková, čítá 199 členů, k tomuto KS se přidružuje i klub důchodců učitelů a pracovníků ve školství – 60 členů. KS Kvítková je zaměřen na hudbu, zpěv, tanec, ale rovněž na výuku jazyků, či pořádání besed a přednášek.

### 3.2.3 Klub seniorů Malenovice

KS Malenovice je dalším z dobře fungujících klubů, má 83 členů. Jeho činnost se soustřeďuje na stolní tenis, šipky, práci s počítačem, karty nebo šachy. Je pochopitelné, že tento klub seniorů mají v oblibě zejména muži senioři.

### 3.2.4 Klub seniorů U Majáku

Relativně mladým klubem seniorů je příměstský KS U Majáku, který navštěvuje 92 členů. Klub byl založen v roce 2009. V tomto klubu jsem rovněž realizovala svůj výzkum v rámci praktické části bakalářské práce, a proto se jeho volnočasovým aktivitám věnuji podrobněji. Klub seniorů sídlí v nově zrekonstruovaném objektu a je velmi hezky zařízen a vybaven, zejména díky aktivitě a štedrosti bývalého vedení zlínské radnice, za což jsou místní senioři patřičně vděční. Během krátké doby si klub získal velkou část členů a z důvodu obrovského zájmu o nabízené aktivity a prostory klubu, stanovil jasný návštěvní program.

- Po – výuka německého jazyka, zdravotní cvičení, schůzky a porady výboru klubu.
- Út – v tento den je klub využíván ostatními obyvateli městské části U Majáku, cvičí zde mladé ženy, dopoledne je klub využíván maminkami na mateřské dovolené a jejich dětmi, pro které je v klubu vyhrazen hrací koutek.
- St - turistický kroužek a další sporty dle přání členů, zájezdy např. do královského města Znojmo.
- Čt – hlavní návštěvní den, besedy, přednášky, půjčování knih, společné promítání.
- Pá – ruční práce, šipky, počítač, stolní tenis, cvičení na kondičních strojích.

V klubu je zřízena malá knihovna, knihy jsou darem od spřízněného Klubu seniorů na Podhoří či soukromých dárců. Předsedkyně klubu, paní Vaňková prozradila, že již několik jejich členů úspěšně absolvovalo Akademii III. věku pořádanou při Klubu seniorů na Podhoří. Každoročně je uspořádána sbírka obnošeného šatstva pro Charitu Zlín.

Dalším charitativním počinem je prodejní výstavka ručních prací místních členek klubu, výtěžek je věnován potřebným. V klubu se konají oslavy svátku matek, MDŽ, Velikonoce či Vánoce. Klub rovněž posloužil jako volební místnost při komunálních volbách. Členové klubu navštívili několik divadelních představení, např. Sluha dvou pánů či Cyrano z Bergeracu. Všechny zážitky členů KS U Majáku jsou pečlivě zaznamenávány do kroniky.

### **3.2.5 Klub seniorů Kudlov**

Již desátým rokem funguje činnost KS Kudlov. Členové se scházejí v prostorách klubovny v objektu MŠ. Velmi dobře si vede kroužek stolního tenisu, jež se zúčastňuje i turnaje pořádaného KS Malenovice. Úspěšný je smíšený pěvecký kroužek zaměřený na folklórní muziku. Senioři mají možnost si v klubu zahrát karty, šipky a je zde volně přístupný internet. Jako všechny kluby bez výjimky, se i tento podílí na charitativní činnosti, každoročně členové přispívají finanční částkou potřebným u příležitosti pořádání adventních koncertů.

### **3.2.6 Klub seniorů Příluky**

Jedním z nejmladších, nikoli však opomenutelných je KS Příluky s 30 členy. Tento klub pořádá každý čtvrtek kondiční cvičení, ale může se pochlubit i celou řadou zajímavých akcí, od posezení s cimbálovou muzikou, přes přednášky o pěstování květin, kosmetické přednášky či receptáře s výstavkou ručních prací šikovných členek klubu. Hojně navštěvovanou a úspěšnou akcí v rámci klubu seniorů v Přílukách byla výstavka panenek v historických kostýmech. V klubu proběhly také přednášky o dalekém Mexiku nebo Číně.

### **3.2.7 Klub seniorů Jižní Svahy**

Přímo ve Zlíně existuje ještě KS Jižní Svahy, který má 37 registrovaných členek. Vzhledem k tomu, že členkami jsou ženy ve věku 75 let a starší, odpovídá tomu i činnost klubu. Ženy pletou, háčkují, hrají karty či si povídají u domácího koláče. Výrobky, které členky při svých setkáních stvoří, jsou rovněž poskytnuty k charitativním účelům. Hlavním cílem tohoto klubu je udržování sociálních kontaktů a přátelství.

### 3.2.8 Příměstské kluby seniorů – Kostelec, Lůžkovice, Štípa, Velíková

Dalšími z rodiny městských zlínských klubů jsou KS Kostelec s 90 členy, KS Lůžkovice, jež vznikl v roce 2010 a má 75 členů, KS Štípa, který sdružuje 65 členů a KS Velíková s 57 členy. Činnost těchto příměstských klubů seniorů je odvislá od zájmů konkrétních členů, vesměs jde o volnočasové aktivity ve formě přednášek, nejrůznějších besed či receptářů týkajících se zdraví, přírody, cestování apod. Obecně se jedná o přátelská posezení při kávě, ale rovněž o turistické vycházky, zájezdy či návštěvy kulturních akcí např. divadelních či filmových představení.

Hlavními cíli klubové činnosti seniorů je udržení aktivního stylu života, podpora přátelství a možnost věnovat se volnočasovým aktivitám, které jsou pro seniory jinak nedostupné nebo obtížně realizovatelné. Kluby seniorů slouží rovněž jako prevence sociálního vyloučení a přispívají k větší životní spokojenosti seniorské populace.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 ZÁKLADNÍ INFORMACE O VÝZKUMU

### TÉMA: Volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů ve městě Zlíně

Metodika výzkumu obecně popisuje cíl, k němuž bychom rádi výzkumem dospěli, uvádí stanovené výzkumné předpoklady, k jejichž ověřování v průběhu výzkumu dochází, a popisuje metody sběru dat. V praktické části mé práce je přiblížena deskripce výzkumné metodologie, která je využita při výzkumu. Je popsán způsob analýzy výzkumného šetření a způsob výběru výzkumného vzorku. Cílem výzkumu je ověřit poznatky získané z osobní zkušenosti a ze studia literatury, zabývající se volnočasovými aktivitami seniorů. Předmětem potvrzování stanovených předpokladů ve výzkumu jsou některá specifika (věk, pohlaví, stav, vzdělání, časový harmonogram nabídky aktivit atd.), vzhledem k výběru konkrétního klubu seniorů.

Kromě ověřování těchto předpokladů jsou námětem zkoumání (ovšem ve velmi malé míře) postoje seniorů ke vzdělávání ve vyšším věku, či názory seniorů, vztahující se k podpoře klubů seniorů ze strany nejrůznějších institucí. K nápadu zkoumat volnočasové aktivity (dále jen VA) seniorů v rámci klubů seniorů, mě přivedl zájem o život našich starších spoluobčanů, neboť jsem jimi obklopena, chovám k nim respekt a úctu, a to zejména z důvodu jejich věku a prožitých zkušeností. Rovněž jsem chtěla zjistit, jaké volnočasové aktivity senioři praktikují, co je zajímavé, a jakým způsobem nejraději tráví svůj čas.

### 4.1 Výzkumný problém

Jaké jsou subjektivní důvody seniorů k volbě konkrétního klubu seniorů jako formy trávení volného času?

#### 4.1.1 Dílčí výzkumné otázky

1. Liší se volnočasové aktivity seniorů mimo KS od aktivit, které senioři preferují v rámci klubů?
2. Jak se senioři staví ke vzdělávání a jeho důležitosti ve vyšším věku?
3. Jsou jako členové KS častěji zastoupeny osoby žijící v páru nebo osoby žijící samy?
4. Domnívají se senioři, že rodina podporuje jejich VA v rámci klubu seniorů?
5. Přispívá členství v KS k vyšší životní spokojenosti seniora?



6. Jak vnímají senioři výši členských poplatků?
7. Jak posuzují senioři prostory svých klubů?
8. Jak hodnotí senioři podporu KS okolím všeobecně?
9. Prosazují senioři své názory a náměty při klubových VA, v případě, že je jim dána příležitost?

#### Vymezení klíčových pojmů:

- Klub seniorů – občanské sdružení, které dobrovolnický zajišťuje činnosti jako jsou klubové aktivity, sociální a odborné poradenství, aktivizační činnosti apod. Přispívá k řešení specifických problémů seniorů, umožňuje seniorům aktivně prožívat podzim života a pomáhá předcházet jejich sociálnímu vyloučení.
- Členství v klubu seniorů – vzniká na základě písemného vyjádření člena a uhrazení členského poplatku. Členství v klubu seniorů člena opravňuje podílet se na činnosti a rozhodování sdružení. Člen se může účastnit klubové činnosti a obracet se na výbor (vedení) klubu s návrhy a připomínkami ohledně činnosti klubu.

## 4.2 Cíle výzkumu

Hlavním cílem výzkumu je zmapovat volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů i mimo něj, a zjistit důvody výběru konkrétního klubu seniorů. Dílčími cíly práce je zachytit názory a postoje seniorů k organizovaným volnočasovým aktivitám a k volnočasovým aktivitám seniorů obecně (viz podkapitola 4.1.1 Dílčí výzkumné otázky).

## 4.3 Výzkumné předpoklady

U popisného výzkumného problému nelze zpravidla hovořit o stanovení hypotéz a jejich ověřování. Pro zpracování výsledků výzkumu jsou proto stanoveny tzv. výzkumné předpoklady závěrů dotazníkového šetření:

**P1) Předpokládáme, že hlavním důvodem vstupu do klubu seniorů u žen jsou v nadpoloviční většině (vyjádřeno v %) nabízené aktivity a v méně než 50 % přátelé, navštěvující tento klub, a hlavním důvodem vstupu do KS u mužů to jsou v nadpoloviční většině přátelé navštěvující daný klub a v méně než 50 % nabízené aktivity.**

ad P1) K potvrzení/vyvrácení předpokladu slouží položka č. 2. Při formulaci výzkumného předpokladu jsem vycházela ze skutečnosti, že pro ženy obecně jsou aktivity, které nabízí konkrétní klub seniorů rozhodující, protože některé z těchto aktivit není možno provozovat mimo KS, zatímco setkávat se s přáteli mimo KS pro ženy nebývá problémem. U mužů jsem předpokládala, že hlavním důvodem pro vstup do členství klubu seniorů, je setkávání se s přáteli.

**P2) Předpokládáme, že ženy v rámci klubů seniorů více preferují vzdělávací aktivity (např. výuku jazyků) a muži dávají přednost aktivitám pohybovým. Nejoblíbenější aktivita se pro každé pohlaví zároveň stává i aktivitou, kterou by uvítalo častěji.**

ad P2) K potvrzení/vyvrácení předpokladu slouží položka č. 6 a položka č. 8. Při stanovení tohoto výzkumného předpokladu jsem vycházela ze skutečnosti, že ženy obecně jsou i ve vyšším věku zvědavé a rády se učí novému a muži celoživotně dávají přednost sportu a pohybu, ať už pasivnímu či aktivnímu. Domnívám se, že jakmile si člověk oblíbí určitou aktivitu, díky striktně danému rozvrhu v jednotlivých klubech seniorů se pro něj tato aktivita stává zároveň i tou, kterou by uvítal častěji.

**P3) Předpokládáme, že 100% žen a mužů, kteří jsou velmi spokojeni se stávající nabídkou aktivit svého KS, nevyhledává členství v jiném klubu seniorů.**

ad P3) K potvrzení/vyvrácení předpokladu slouží položka č. 5 a položka č. 16. Při stanovení tohoto výzkumného předpokladu jsem vycházela z toho, že pokud jsou senioři velmi spokojeni s nabídkou volnočasových aktivit svého klubu seniorů, nemají potřebu vyhledávat aktivity klubu jiného.

#### 4.4 Sběr dat

- Empirický, kvantitativní výzkum
- Dotazníkové šetření
- Technika: dotazník, analýza dat

Pro sběr dat jsem zvolila v rámci kvantitativního výzkumu metodu dotazníkového šetření - anonymní dotazník. Mým cílem bylo pomocí vlastnoručně sestaveného dotazníku zjistit

hodnotící hlediska seniorů k volnočasovým aktivitám, které pro ně připravují kluby seniorů ve Zlíně a způsoby trávení volného času seniorů obecně.

Podle mého názoru je pro zpracování dat, názorů, postojů a stanovisek při zjišťování důvodů k volbě konkrétních klubů seniorů a trávení volného času seniorů v obecné rovině, nejvhodnější použití kvantitativního výzkumu, a to z důvodu oslovení velkého počtu respondentů, a tím získání odpovídajícího množství dat pro srovnání těchto názorů a postojů. Výhodou dotazníkového šetření u kvantitativního výzkumu je rovněž anonymita respondentů a tím i předpokládaná větší otevřenost jejich odpovědí, neboť senioři patří mezi nejméně důvěřivé věkové kategorie. Domnívám se, že např. při rozhovorech u kvalitativního výzkumu by se senioři obávali být otevření a výsledek výzkumu by pak byl zkreslený.

Sběr dat jsem prováděla v průběhu měsíce října a listopadu 2011, respondenty byli členové dvou zlínských klubů seniorů. Distribuci a sběr dotazníků jsem provedla zčásti osobně, a zčásti s pomocí předsedkyň klubů seniorů, během schůze výboru (Podhoří) a podzimního posezení seniorů (Maják). Abych si zajistila co nejvyšší návratnost, požádala jsem respondenty o vyplnění osobně a sběr zbývajících dotazníků mi do 14 dnů poté zajistily předsedkyně obou klubů, neboť distribuovaly dotazníky rovněž členům, kteří se nezúčastnili schůze a posezení seniorů.

Veřejné distribuci dotazníků přecházela pilotáž, která spočívala v ověřování ochoty respondentů odpovídat na otázky. Pilotáž jsem provedla na několika dotázaných v mém blízkém okolí, přičemž tito odpovídali na otázky týkající se klubů seniorů ve Zlíně pouze fiktivně a jen z důvodu potvrzení srozumitelnosti a vhodnosti položených otázek v sestaveném dotazníku. Srozumitelnost i vhodnost otázek byla pilotáží potvrzena. Samotnému výzkumu rovněž předcházelo několik příjemných setkání s předsedkyněmi dvou konkrétních klubů seniorů, v jejichž prostorách jsem posléze svůj výzkum realizovala. Konkrétně se jednalo o Klub seniorů na Podhoří a setkání s jeho předsedkyní paní Janou Matuškovou a Klub seniorů U Majáku, v němž jsem hovořila s předsedkyní paní Helenou Vaňkovou. Během několika návštěv, mimo jiné např. přednášky hejtmana Zlínského kraje MVDr. Mišáka v rámci Akademie III. věku, mi předsedkyně klubů velmi ochotně představily své členy a ukázaly prostory. Seznámily mě s nabídkou aktivit poskytovaných těmito kluby seniorů a měla jsem možnost nahlédnout do kronik, v nichž jsou pečlivě zaznamenány veškeré akce členů v rámci konkrétního klubu.

#### 4.5 Výzkumný soubor

Výzkum jsem prováděla záměrným výběrem ve 2 klubech seniorů ve Zlíně, a to v Klubu seniorů na Podhoří a U Majáku. Výzkumným souborem byli členové těchto klubů. Charakteristiky respondentů, ať už se jedná o dělení dle věku, pohlaví, vzdělání, rodinného stavu či místa bydliště jsou součástí dílčích výzkumných otázek a předmětem potvrzování či vyvrácení předpokladů. Stěžejním aspektem je posouzení výzkumného souboru jako celku a rovněž výsledky platné z dvou hledisek a to dle pohlaví a dle členství v konkrétním klubu seniorů. Dostupnost souborů jsem zjišťovala s pomocí vedoucí Odboru sociálních věcí Ing. Pobořilové u předsedkyň vybraných klubů, které souhlasily s provedením dotazníkového šetření v jejich klubech. Členům klubů bylo rozdáno celkem 113 stejných anonymních dotazníků, rozlišených pouze v hlavičce dle klubu. V Klubu seniorů na Podhoří bylo rozdáno 63 dotazníků, v pořádku vyplněno a vráceno bylo 55 dotazníků, 6 dotazníků bylo z důvodů chybného nebo neúplného vyplnění vyřazeno, 2 dotazníky nebyly vyplněny vůbec. V Klubu seniorů U Majáku bylo rozdáno 50 dotazníků, v pořádku bylo vyplněno a vráceno 45 dotazníků, 3 dotazníky byly z důvodů chybného nebo neúplného vyplnění vyřazeny a 2 dotazníky nebyly vyplněny vůbec. Z celkového počtu vrácených dotazníků bylo 86 žen a 14 mužů (nepoměr mužů a žen vyjadřoval počet členů – mužů a žen v konkrétních klubech seniorů).

## 5 METODIKA ŠETŘENÍ

Ke svému výzkumu jsem si vybrala techniku dotazníku. Podstatou dotazníku je zjištění dat a informací o respondentovi, jeho názorů a postojů, v mém případě tedy dotazníkovým šetřením zkoumám názory a postoje seniorů k organizovaným volnočasovým aktivitám a k volnočasovým aktivitám seniorů obecně. Předností dotazníku je snadnost jeho administrace a to, že lze současně a stejnou formou oslovit velký počet respondentů a dostat tak informace, které bychom jinou technikou nezískali (Pelikán, 2007). Za negativní stránku dotazníku je možno dle Pelikána (2007) považovat skutečnost, že přesnost vymezených otázek a variant odpovědí striktně omezuje prostor pro odpověď respondentů a rovněž to, že někdy může respondent postřehnout záměr zadavatele odpovídat tak, jak si myslí, že je od něj očekáváno. Kladené otázky se mohou vztahovat buď k jevům vnějším, (např. názory seniorů na vzdělávání obecně) nebo vnitřním (např. postoje, citové stavy apod.) (Chráska, 2007).

### 5.1 Popis výzkumu

Při tvorbě dotazníku jsem vycházela z toho, aby byly otázky formulovány neutrálně, tzn. nevsugerovávaly odpovědi, byly srozumitelné a jasně položené, zejména s ohledem k věku respondentů. Stanovila jsem, že dotazník nesmí být příliš dlouhý, nesmí zasahovat do intimity respondentů a otázky by měly mít logický sled (Pelikán, 2007). Pro úspěch dotazníkového šetření je nezbytným předpokladem ochota respondentů spolupracovat, kterou může zvýšit přiměřená motivace v úvodu dotazníku, kde je respondentům stručně vysvětlen smysl šetření (Chráska, 2007).

Při sestavování dotazníku jsem čerpala z odborné literatury a položky v dotazníku jsem třídila dle cíle, formy a obsahu. Co se týče cíle, zde se rozlišují dle Chrásky (2007) *obsahové (výsledkové)* položky, v mém případě jsou to např. údaje o nabízených aktivitách klubů seniorů, pomocí nichž se zjišťují údaje nutné pro splnění záměru, a položky *kontaktní*, které slouží k vytvoření kontaktu mezi respondentem a výzkumníkem. Mezi tyto položky bych řadila v sestaveném dotazníku položky č. 1, č. 2, č. 3 a č. 4. Snažila jsem se na základě studia odborné literatury demografické údaje o respondentovi zařadit až v závěru dotazníku, aby tyto otázky nebyly pro respondenta znepokojující a nevzbudily nedůvěru o anonymitě dotazování. Z hlediska formy požadovaných odpovědí jsem z větší

části volila položky polouzavřené, které respondentovi nabízejí mimo daných odpovědí i možnost volby jiné odpovědi. Otázky týkající se aktivit v rámci klubu seniorů i mimo něj (položky č. 6, č. 8, č. 9, č. 18), lze označit jako výčtové položky, zde respondenti měli možnost volit současně několik odpovědí dle určených instrukcí. V dotazníku lze nalézt jednu dichotomickou položku - č. 16, tzn. že na tuto otázku lze odpovědět vzájemně se vylučující odpovědí ano-ne. Položky č. 11, č. 12, č. 14, č. 15, č. 17 lze označit za polytomické položky s výběrem odpovědí. Další třídění položek v dotazníku je dle obsahu, mezi tyto položky v sestaveném dotazníku bych zařadila položky zjišťující postoje a názory respondentů č. 10, č. 11, č. 13, č. 14 a č. 15. Mezi položky zjišťující fakta patří dle Chrásky (2007) i otázky na demografické údaje (pohlaví položka č. 19, věk položka č. 20, vzdělání položka č. 21, rodinný stav položka č. 22 nebo bydliště položka č. 23).

Dotazník obsahuje celkem 23 položek a jeho účelem je především zmapovat volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů i mimo něj, zjistit důvody výběru konkrétního klubu seniorů a zachytit názory a postoje seniorů k organizovaným volnočasovým aktivitám a k volnočasovým aktivitám seniorů obecně. Podobu dotazníku lze najít v přílohách P I a P II.

Mimo zmíněného dotazníku lze v příloze P III nalézt otázky strukturovaného rozhovoru. Jedná se o 9 stejných otázek, které jsem položila oběma předsedkyním klubů, tj. předsedkyni Klubu seniorů na Podhoří – paní Matuškové a předsedkyni Klubu seniorů U Majáku – paní Vaňkové. Odpovědi na otázky z rozhovorů jsem vkládala dle vhodnosti, v rámci kapitoly vyhodnocení výsledků výzkumu. Tyto strukturované rozhovory nejsou předmětem výzkumu, ale jejich smyslem je získání odpovědí na předem připravený soubor otázek. Odpovědi jsou uváděny pro zajímavost a jako protipól k názorům členů daných klubů, zjištěných analýzou výzkumného šetření v rámci dotazníkového šetření.

## 5.2 Zpracování dat

Při zpracování výsledků výzkumů jsem používala metodu třídění, abych vyloučila dotazníky nesprávně nebo neúplně vyplněné a provedla jsem uspořádání dat. Nashromážděná data byla zpracována a analyzována do tabulek absolutních a relativních četností, buď dle pohlaví nebo dle klubu seniorů, které prezentují výsledky dotazníkového šetření. Všechny položky v dotazníku byly analyzovány a znázorněny graficky pomocí prstencových, pruhových, výsečových nebo sloupcových grafů. Grafy byly zpracovány jak v %

pro lepší přehlednost, tak v absolutních hodnotách dle skutečného počtu odpovědí respondentů na danou položku, v tomto případě jsem porovnávala respondenty buď dle pohlaví nebo dle klubů. Graficky byly zpracovány četnosti vztahující se ke stanoveným výzkumným předpokladům. U položky č. 20. týkající se věku respondentů, byly z tabulek četností zpracovány tabulky výpočtu aritmetického průměru s použitím intervalů.

## 6 VÝSLEDKY VÝZKUMU A INTERPRETACE DAT

Předchozí kapitola byla zaměřena zejména na popis použité metody a zpracování dat resp. na metodiku šetření a je možno ji označit jako teorii zkoumání. Úkolem této kapitoly je deskripce procesu realizace výzkumu a konkrétních výstupů z něj, včetně potvrzení či vyvrácení stanovených výzkumných předpokladů.

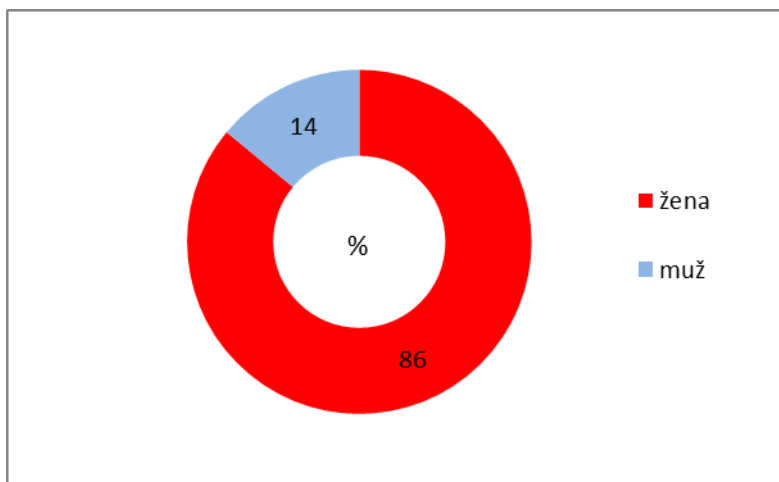
### 6.1 Vyhodnocení výsledků výzkumu

V rámci dotazníkového šetření postojů členů klubů seniorů k volbě konkrétního klubu bylo vyhodnocováno celkem 100 dotazníků. V Klubu seniorů na Podhoří jsem respondentům rozdala 63 dotazníků, z nichž muselo být 6 vyřazeno pro jejich neúplnost nebo chybné či nečitelné vyplnění a 2 dotazníky nebyly vyplněny vůbec. Z Klubu seniorů na Podhoří bylo tedy vyhodnocováno 55 dotazníků. V Klubu seniorů U Majáku jsem respondentům rozdala 50 dotazníků, z nichž musely být 3 vyřazeny pro jejich neúplnost nebo chybné či nečitelné vyplnění a 2 dotazníky nebyly vyplněny vůbec. Z Klubu seniorů U Majáku bylo tedy vyhodnocováno 45 dotazníků.

Sestavený anonymní dotazník byl pomyslně rozdělen na několik částí. V prvních položkách jsou respondentům pokládány otázky související s členstvím v daném klubu tj. délka a důvody. Poté následuje blok otázek týkající se nabízených aktivit - jak senioři získávají informace o poskytovaných aktivitách, frekvence návštěvnosti, spokojenost s nabídkou. Pokračuje se výčtem konkrétních aktivit, k nimž se senioři mohou vyjadřovat – aktivity oblíbené, aktivity jež by uvítali častěji nebo postrádané aktivity. Jako zadavatele dotazníku mne rovněž zajímaly oblíbené aktivity seniorů mimo klub. V rámci dotazníku je seniorům položena otázka týkající se harmonogramu aktivit a členství v jiném klubu seniorů. Další blok otázek se týká postojů a názorů seniorů – možnost uplatnění připomínek v rámci aktivit KS, postoj k seniorskému vzdělávání, podpora rodiny, spokojenost s prostory, výše členských poplatků, ovlivnění členstvím v klubu seniorů či podpora klubů seniorů okolím. V poslední části dotazníku jsou respondentům pokládány otázky týkající se demografických údajů tj. pohlaví, věku, vzdělání, rodinného stavu a bydliště. Demografické údaje jsou v rámci analýzy dat, resp. kapitoly 6.1, zpracovány jako první, z důvodu lepšího pochopení dalších analyzovaných položek v dotazníku.



Obr.1. zachycuje rozdělení respondentů v % dle pohlaví. Dotazník vyplnilo a odevzdalo 86 žen a 14 mužů.

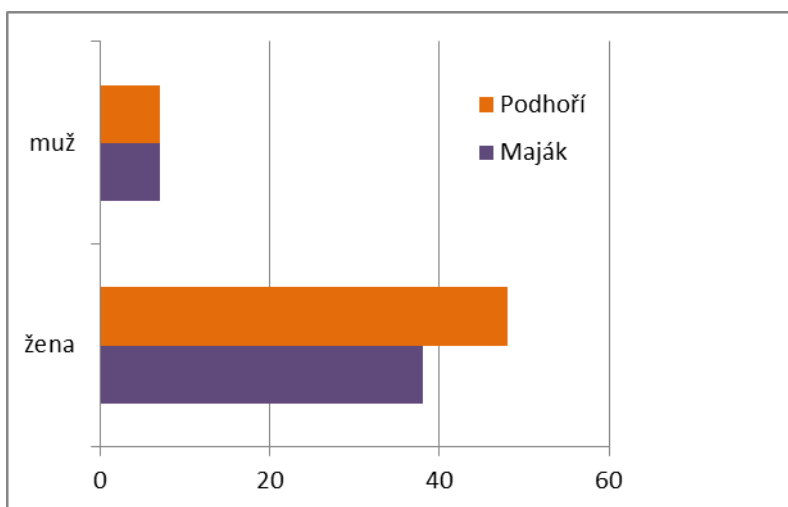


**Obr. 1.** Procentuelní zastoupení respondentů podle pohlaví.

Pro lepší představu jsou počty respondentů, kteří se dotazníkového šetření zúčastnili zpracovány v Tab. 2. a graficky znázorněny v Obr. 2., z něhož je zároveň patrné, jaké je zastoupení žen a mužů v jednotlivých klubech seniorů.

Dělení dle pohlaví	šetření - dle pohlaví					
	Podhoří		Maják		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
muži	7	13	7	16	14	14
ženy	48	87	38	84	86	86
<b>celkem</b>	<b>55</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 2.** Zastoupení respondentů podle pohlaví v daných KS.



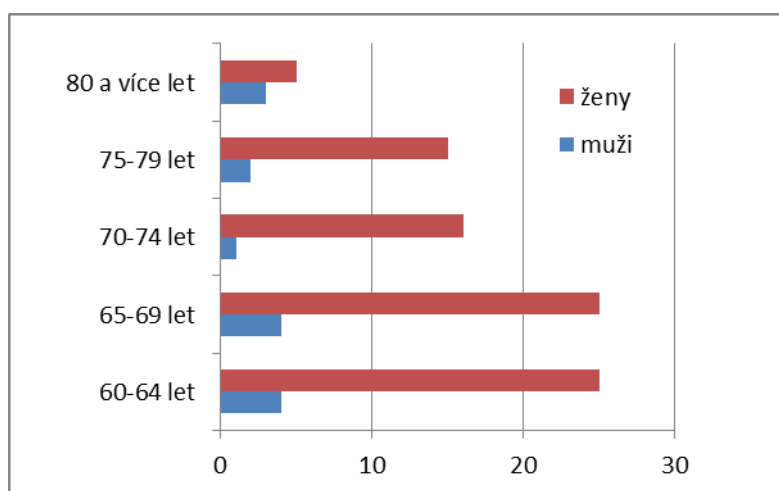
**Obr. 2.** Zastoupení respondentů dle pohlaví v daných KS.

### 6.1.1 Charakteristiky respondentů

Dříve, než se v rámci výzkumu přistoupilo ke zjišťování subjektivních důvodů seniorů k volbě konkrétního klubu seniorů, bylo nutné provést charakteristiky respondentů. Kategorizaci jsem zpracovávala na základě získaných dat. V Tab. 3. vidíme jednotlivé kategorie počtu respondentů a jejich vzájemné poměry podle věku, při rozdělení na muže a ženy.

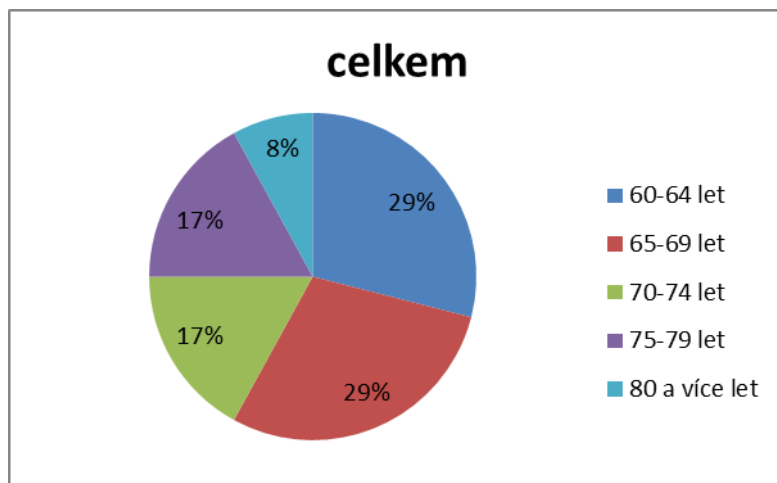
Věková kategorie	šetření - četnost pohlaví vzhledem k věku					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
60-64 let	4	29	25	29	29	29
65-69 let	4	29	25	29	29	29
70-74 let	1	7	16	19	17	17
75-79 let	2	14	15	17	17	17
80 a více let	3	21	5	6	8	8
<b>celkem</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>86</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Tab. 3. Zastoupení respondentů dle věkové kategorie.



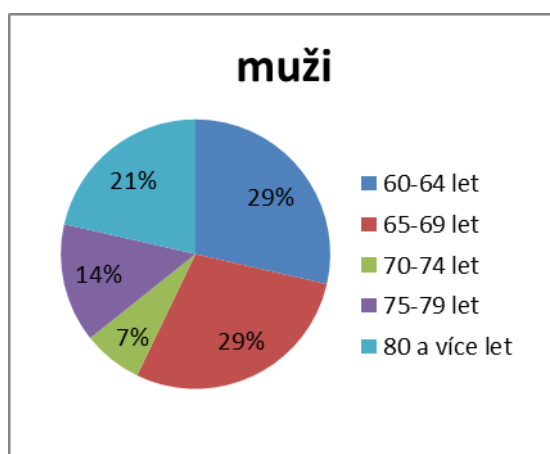
Obr. 3. Zastoupení respondentů dle věkové kategorie.

Nepoměr mezi muži a ženami, co do počtu členů byl značný, ale to je dáno skutečností, že z větší části kluby seniorů, alespoň ty, v nichž jsem prováděla své šetření, navštěvují ženy. V příloze P IV jsou data rovněž zpracována v tabulce četností, přičemž je zobrazena relativní četnost věkových kategorií vzhledem k pohlaví respondentů. V rámci výzkumu jsem u věkových kategorií pokládala za důležité, aby byla data zpracována jak souhrnně za obě pohlaví, tak graficky, zvláště za muže i ženy pro lepší orientaci.

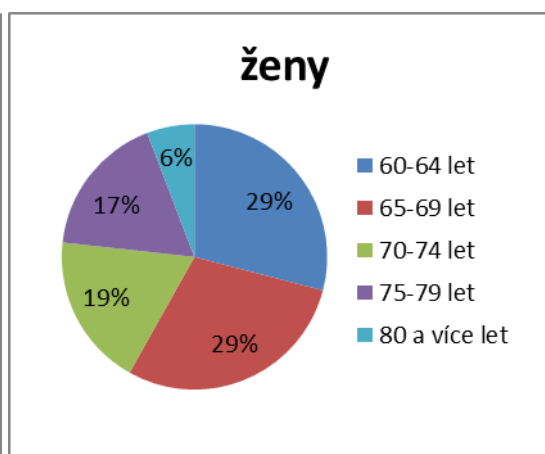


**Obr. 4.** Procentuelní zastoupení respondentů dle věku celkem.

Zajímavým zjištěním bylo, že u obou pohlaví, bez ohledu na počet respondentů, kdy je počet žen v nepoměru oproti mužům, byly věkové kategorie 60-64 let a 65-69 let zastoupeny ve vzácné shodě jako nejpočetnější tj. 29 %. Naopak nejméně zastoupená je věková kategorie 70-74 let, u mužů 7 % a 80 a více let u žen 6 %.

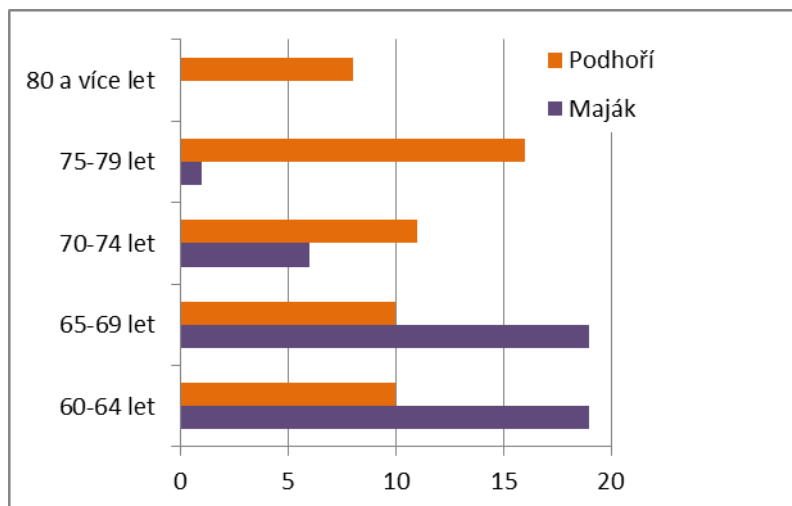


**Obr. 5.** Procentuelní zastoupení respondentů dle věku – muži.



**Obr. 6.** Procentuelní zastoupení respondentů dle věku – ženy.

Při rozhovoru s předsedkyní klubu seniorů Podhoří jsem se dozvěděla, že počátky fungování klubu sahají již do roku 1992, kdy se skupina nadšenců scházela na různých místech a teprve na podzim roku 1992 dostali ze strany Magistrátu města Zlína nabídku na využití prostor bývalých jeslí na Podhoří pro svůj klub seniorů. Tímto zdánlivě nesouvisejícím textem se snažím říci, že členové Klubu seniorů na Podhoří jsou vesměs starší lidé, mnozí z nich jsou členy od založení klubu, tzn. plných 20 let, tudíž věková struktura členů je zde vyšší, než-li v Klubu seniorů U Majáku, v němž se jeho členové pokládají za „mladé“, jak mi s úsměvem sdělila jeho předsedkyně.



**Obr. 7.** Zastoupení respondentů dle věku v daných KS.

Průměrný věk u žen - členek dvou vybraných zlínských klubů seniorů, zjištěný při výzkumném šetření a následné analýze dat je 68,97 let, u mužů je průměrný věk 70,14 let.

$$\bar{x} = \frac{1}{n} (x_1 + x_2 + \dots + x_n) = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^n x_i$$

Vzorec pro výpočet aritmetického průměru /www.encyklopedie.seznam./online/, 2012/

Věková kategorie ženy	četnost $n_i$	střed intervalu $x_i$	$n_i \cdot x_i$
60-64 let	25	62	1550
65-69 let	25	67	1675
70-74 let	16	72	1152
75-79 let	15	77	1155
80 a více let	5	80	400
<b>celkem</b>	<b>86</b>		<b>5932</b>

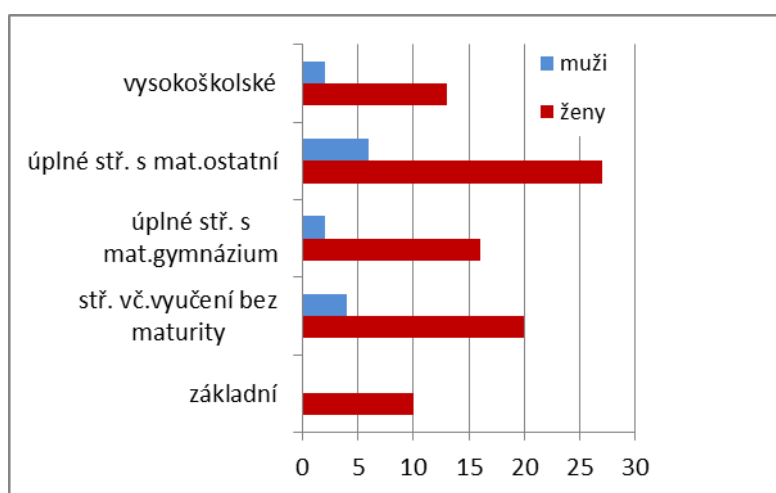
**Tab. 4.** Průměrný věk respondentů – ženy.

Věková kategorie muži	četnost $n_i$	střed intervalu $x_i$	$n_i \cdot x_i$
60-64 let	4	62	248
65-69 let	4	67	268
70-74 let	1	72	72
75-79 let	2	77	154
80 a více let	3	80	240
<b>celkem</b>	<b>14</b>		<b>982</b>

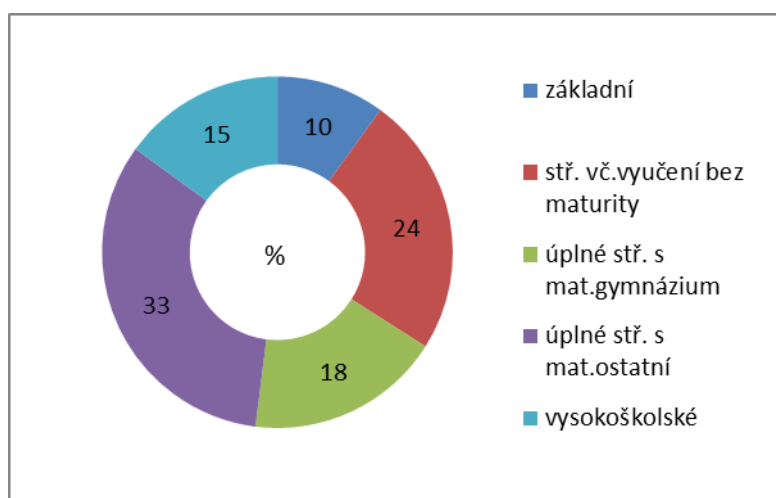
**Tab. 5.** Průměrný věk respondentů – muži.

Další charakteristikou, která do určité míry ovlivňuje nazírání člověka na některé otázky, je výše dosaženého vzdělání, která zcela jistě neurčuje jeho inteligenci či celkovou úroveň poznání. I přesto je však ukazatel nejvyššího vzdělání často využíván a ceněn pro nejrůznější analytická srovnání.

Grafy 8. a 9. zachycují rozdělení respondentů dle stupně nejvyššího dosaženého vzdělání, nejprve v absolutních hodnotách a následně v %. Respondenti se etablovali ze všech stupňů vzdělání, přičemž nejtýpictejším respondentem (27 osob), byla žena s úplným středním vzděláním s maturitou (ostatní školy, mimo gymnázium).



**Obr. 8.** Zastoupení respondentů dle stupně vzdělání.

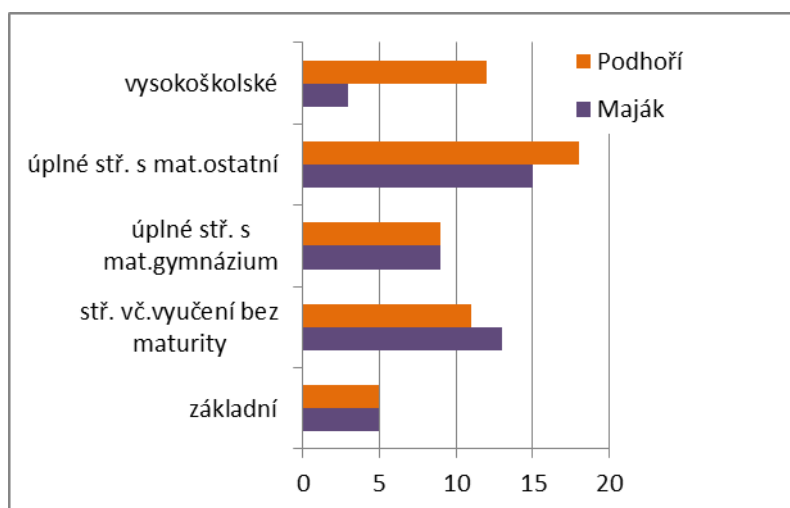


**Obr. 9.** Procentuelní zastoupení respondentů dle stupně vzdělání.

Nejvyšší dosažený stupeň vzdělání	šetření - nejvyšší dosažené vzdělání					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
základní	0	0	10	12	10	10
stř.vč. vyučení bez mat.	4	29	20	23	24	24
úplné střední s maturitou -gymnázium	2	14	16	19	18	18
úplné střední s maturitou -ostatní	6	36	27	32	33	33
vysokoškolské	2	21	13	14	15	15
<b>Celkem</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>86</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 6.** Členění respondentů dle nejvyššího dosaženého vzdělání.

Dle dosavadních zkušeností např. z mého okolí jsem předpokládala, že většina respondentů v tomto starším věku bude mít vzhledem k totalitnímu režimu v České republice v uplynulých 40 letech a tím pádem omezené možnosti studovat, nižší stupeň vzdělání. Zjištění, že počet vysokoškolsky vzdělaných osob převyšoval počet lidí se základním vzděláním, bylo příjemným překvapením.



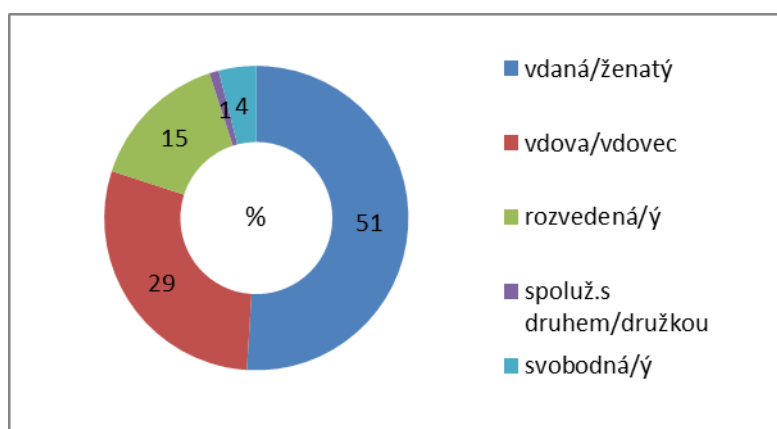
**Obr. 10.** Členění respondentů dle nejvyššího dosaženého vzdělání v rámci KS.

Obr. 10. doplňuje charakteristiku dělení respondentů dle stupně nejvyššího vzdělání o členění v rámci klubů. Všechny stupně vzdělání jsou v obou klubech srovnatelné, pouze v případě vysokoškolsky vzdělaných osob výrazně převažují členové KS Podhoří (12 osob) oproti KS Maják (3 osoby), což je možno vysvětlit tím, že v rámci KS Podhoří již 5 let aktivně funguje Akademie III. věku, která nabízí seniorům možnost dalšího vzdělávání a osobního rozvoje, což jsou hodnoty všeobecně ceněné zejména u osob s dosaženým vyšším stupněm vzdělání.

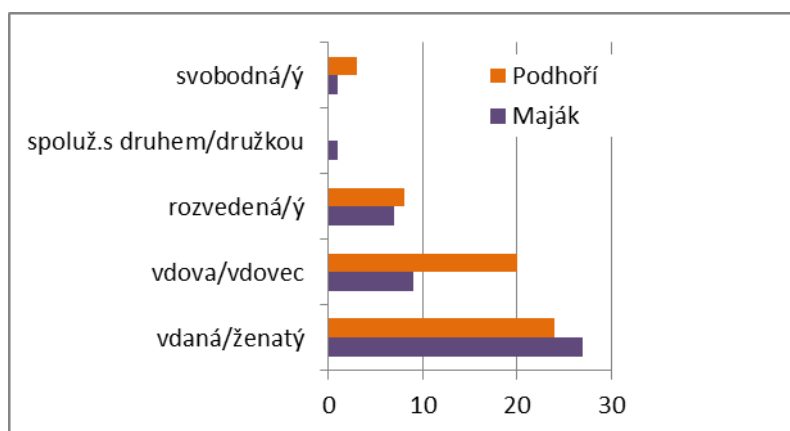
Jednou z dílčích otázek č. 3 (viz podkapitola 4.1.1), které výzkum zjišťoval bylo, zda jsou jako členové KS zastoupeny častěji osoby žijící v páru nebo osoby žijící samy? Z Obr. 11. je patrné, že 51 % dotázaných je vdaných/ženatých, 29 % respondentů jsou vdovy/vdovci, 15 % je rozvedených, 1 % žije s druhem a 4 % respondentů je svobodných. Jako členové KS tedy mírně převažují osoby žijící v páru.

Dělení dle pohlaví	šetření - dle rodinného stavu											
	vdaná/ženatý		vdova/vdovec		rozvedená/ý		s druhem/družkou		svobodná/ý		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
žena	43	84	25	86	14	93	1	100	3	75	86	86
muž	8	16	4	14	1	7	0	0	1	25	14	14
celkem	51	100	29	100	15	100	1	100	4	100	100	100

Tab. 7. Členění respondentů dle rodinného stavu.



Obr. 11. Zastoupení respondentů v % dle rodinného stavu.

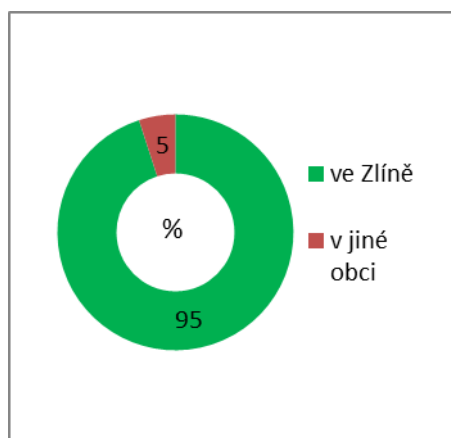


Obr. 12. Zastoupení respondentů dle rodinného stavu v KS.

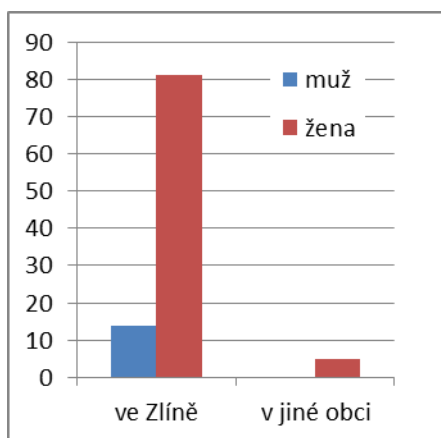
Poslední kategorizací na základě demografických údajů, je rozdělení respondentů dle místa bydliště. Z charakteristiky vyplývá, že 95 % respondentů žije ve Zlíně a pouze 5 % bydlí v jiné obci. Všechny osoby (5), které bydlí mimo Zlín, jsou ženy a navštěvují klub seniorů na Podhoří. Pro zajímavost uvádím, že 3 z těchto žen zároveň navštěvují ještě jiný klub seniorů, než KS Podhoří.

Dělení dle pohlaví	šetření - dle bydliště					
	ve Zlíně		v jiné obci		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
muži	14	15	0	0	14	14
ženy	81	85	5	100	86	86
<b>celkem</b>	<b>95</b>	<b>100</b>	<b>5</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

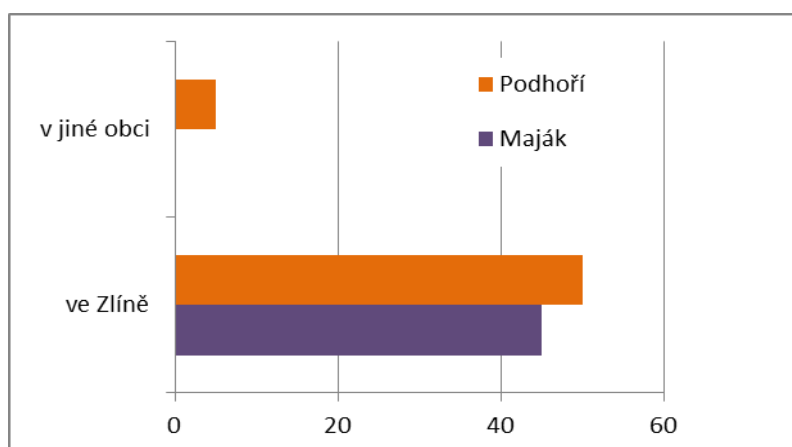
**Tab. 8.** Zastoupení respondentů dle místa bydliště.



**Obr. 13.** Procentuelní zastoupení respondentů dle bydliště.



**Obr. 14.** Členění respondentů dle bydliště z hlediska pohlaví.



**Obr. 15.** Zastoupení respondentů dle bydliště v rámci KS.

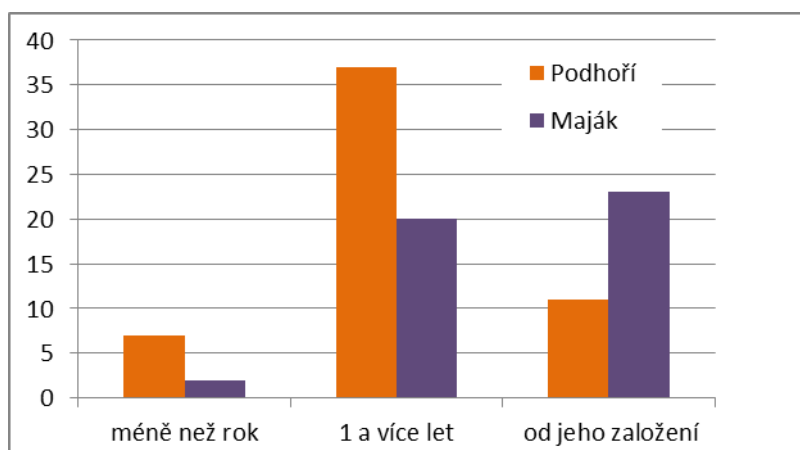


### 6.1.2 Členství v klubu seniorů

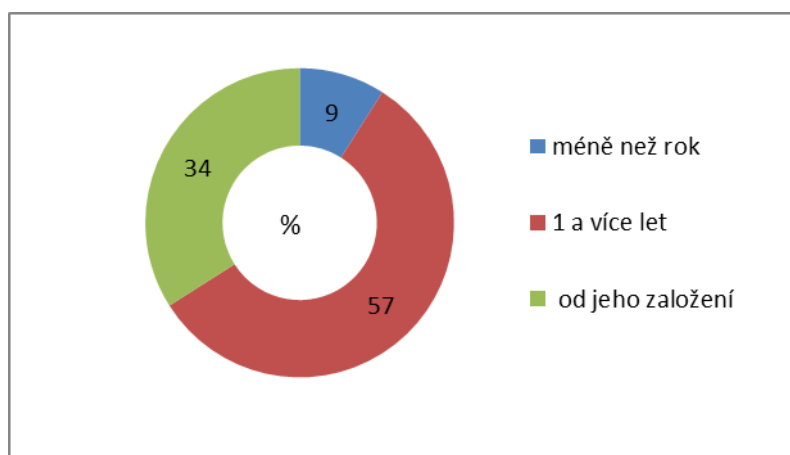
Na otázku týkající se délky členství v klubu seniorů odpovědělo 57 % respondentů 1 a více let, 34 % respondentů navštěvuje KS od jeho založení a 9 % respondentů je členem méně než 1 rok. Otázka délky členství v daných KS slouží spíše jako informativní, než jako výzkumná, neboť KS Podhoří existuje již 20 let a KS Maják byl založen v roce 2009. Z 8 lidí, jež tvoří v KS Podhoří výbor jsou 4 členy plných 20 let. Srovnávat data v tomto případě by bylo vzhledem k délce provozu obou klubů irelevantní a zavádějící.

Klub seniorů	šetření - délka návštěvnosti KS							
	méně než 1 rok		1 a více let		od jeho založení		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
Podhoří	7	78	37	65	11	32	55	55
U Majáku	2	22	20	35	23	68	45	45
<b>celkem</b>	<b>9</b>	<b>100</b>	<b>57</b>	<b>100</b>	<b>34</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Tab. 9. Délka členství v daných klubech seniorů.

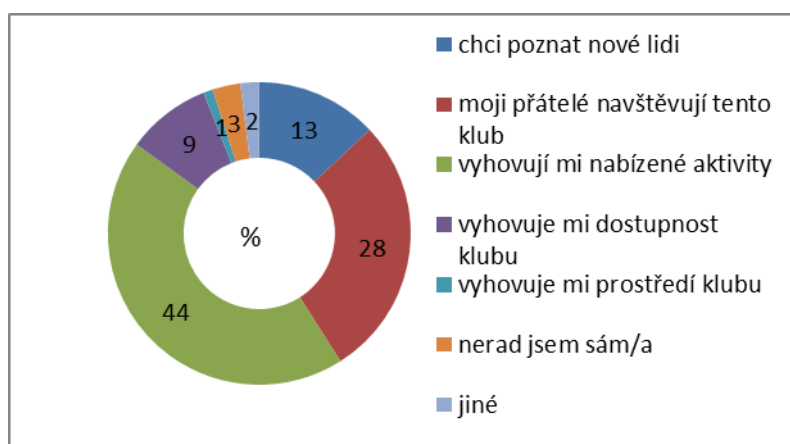


Obr. 16. Délka členství v daných klubech seniorů.



Obr. 17. Procentuelní vyjádření délky členství v KS celkem.

První skutečností, kterou jsem se výzkumem snažila zjistit a zároveň hlavním výzkumným problémem, byly subjektivní důvody, které vedly ke členství v daném klubu. Při namátkových rozhovorech se seniory během několika návštěv v KS tyto nejčastěji uváděli, že navštěvují klub seniorů, protože je oslovily nabízené aktivity a nemají možnost tyto aktivity provozovat mimo klub. Vesměš šlo o výuku cizích jazyků nebo velmi oblíbené zájezdy. Jako další často frekventovaný důvod výběru konkrétního KS byli uváděni přátelé, kteří klub navštěvují. Z Obr. 18. je patrné, že se potvrdila počáteční očekávání. Na Podhoří byly nabízené aktivity skutečně hlavním důvodem vstupu do tohoto klubu. U Majáku byli hlavním důvodem pro členství přátelé navštěvující klub, nabízené aktivity byly důvodem následujícím. Během povídání s předsedkyněmi daných klubů mě jako protipól k názorům respondentů zajímala jejich motivaci k práci se seniory. Obě dámy shodně konstatovaly, že mají rády lidi, že tato práce je pro ně výzvou a koníčkem a jsou skálopevně přesvědčeny o její důležitosti. V příloze P IV uvádím grafy zobrazující důvody vedoucí ke členství v klubu seniorů členěny jak dle pohlaví, tak dle konkrétních klubů, viz shrnutí výsledků.



**Obr. 18.** Procentuelní vyjádření důvodů ke členství v KS celkem.

Důvody pro členství v klubu	šetření - důvody členství v KS					
	KS Podhoří		KS U Majáku		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
chci poznat nové lidi	8	15	5	11	13	13
moji přátelé navštěvují tento klub	9	16	19	42	28	28
vyhovují mi nabízené aktivity	29	53	15	33	44	44
vyhovuje mi dostupnost klubu	5	9	4	9	9	9
vyhovuje mi prostředí (prostory)	1	2	0	0	1	1
nerad jsem sám	3	5	0	0	3	3
jiné	0	0	2	5	2	2
celkem	55	100	45	100	100	100

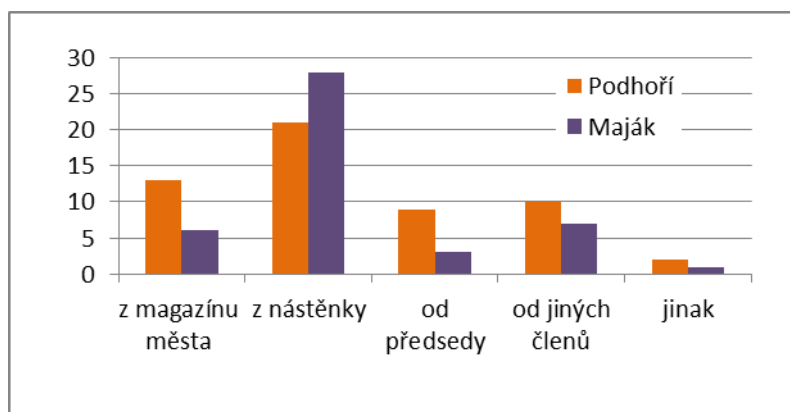
**Tab. 10.** Důvody vedoucí ke členství v daném klubu seniorů.

### 6.1.3 Aktivity seniorů v rámci klubů seniorů

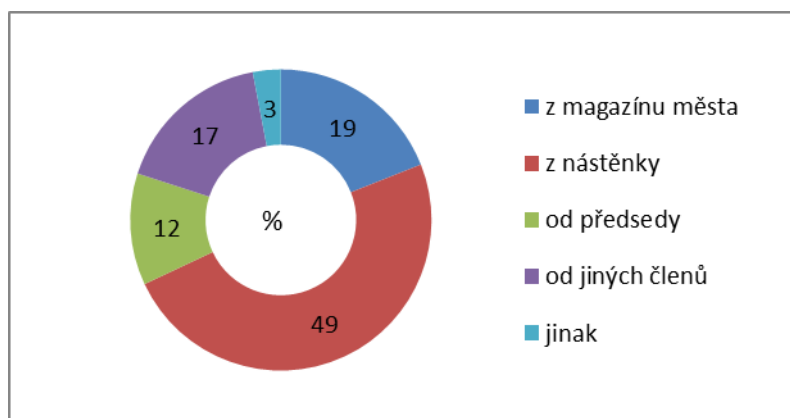
První otázkou, která se bezprostředně týkala nabízených aktivit bylo, jakým způsobem se seniori dozvídají o těchto aktivitách. Výzkum ukázal, že nejvíce respondentů (49 %) získává informace z nástěnek, které jsou umístěny v blízkosti klubů, 19 % respondentů se o aktivitách dozvídá z magazínu města Zlína, který vychází jako měsíčník a na jehož poslední straně jsou uvedeny aktivity většiny zlínských klubů seniorů. Aktivní členové, jedná se zejména o výbor - Podhoří (8 osob), Maják (7 osob) se o aktivitách dozvídají během schůzky výboru, která se koná 1x měsíčně.

Klub seniorů	šetření - jak se dozvídáte o nabízených aktivitách											
	z magazínu		z nástěnky		od předsedy		od členů		jinak		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
Podhoří	13	68	21	43	9	75	10	59	2	67	55	55
U Majáku	6	32	28	57	3	25	7	41	1	33	45	45
<b>celkem</b>	<b>19</b>	<b>100</b>	<b>49</b>	<b>100</b>	<b>12</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Tab. 11. Způsob získávání informací ohledně nabízených aktivit KS.

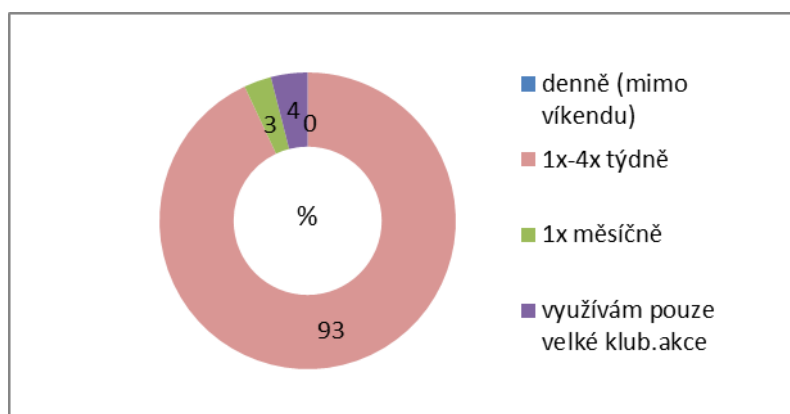


Obr. 19. Způsob získání informací ohledně aktivit v KS.



Obr. 20. Získávání informací o nabízených VA v %.

Na dotaz, jak často využívají senioři aktivity organizované svým klubem odpověděla drtivá většina respondentů (93 %) 1-4x týdně, 3% využívají aktivity 1x za měsíc a 4 % respondentů využívají pouze velké klubové akce tj. Jarní posezení s oslavou Velikonoc, Svátek matek, Vánoční posezení a Den seniorů. Příprava zmíněných velkých akcí je nesmírně organizačně náročná, ať už se jedná o zajištění kulturního programu, přípravu občerstvení či výzdobu sálu. Tyto akce vesměs leží na bedrech předsedkyň klubů, kterým však dle jejich slov, notně pomáhá zvolený výbor. V této souvislosti mě zajímalo, zda senioři ocení úsilí, které obě předsedkyně na vedení klubu vynakládají a dostalo se mi opravdu upřímné odpovědi, že ti jenž klubu pomáhají a sami přiloží ruku k dílu, ocení i vynaložené úsilí, ostatní si snahy příliš neváží.

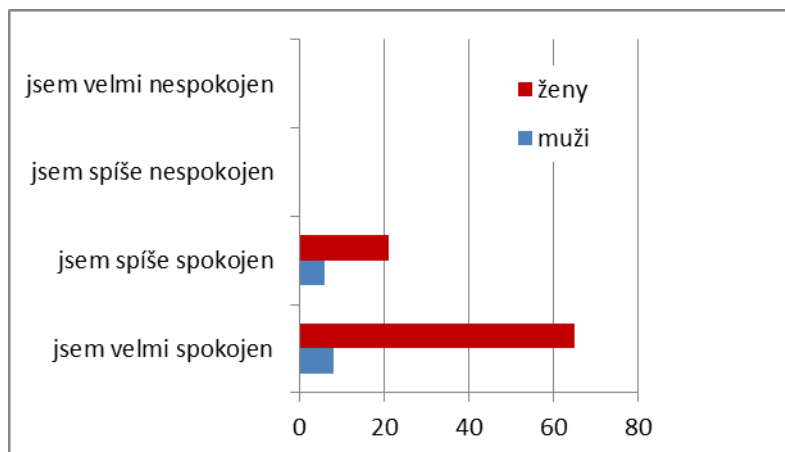


**Obr. 21.** Frekvence návštěvnosti aktivit organizovaných KS.

Jednou ze stěžejních otázek v rámci dotazníkového šetření bylo, zda jsou senioři spokojeni s nabídkou VA svého klubu. Kategorizaci respondentů jsem prováděla jak z hlediska klubu, tak z hlediska pohlaví. Respondenti měli vybrat 1 nejvíce preferovanou odpověď z dané nabídky, nebo zvolit odpověď jinou. V tomto případě považuji spokojenost z hlediska pohlaví za poměrně významný ukazatel, jelikož napovídá o tom, zda jsou aktivity uzpůsobeny jak ženám, tak mužům stejným poměrem, což se prokázalo, neboť 65 žen a 8 mužů je spokojeno velmi a 21 žen a 6 mužů je spíše spokojeno s nabídkou stávajících aktivit. Žádný z respondentů nevedl nespokojenost.

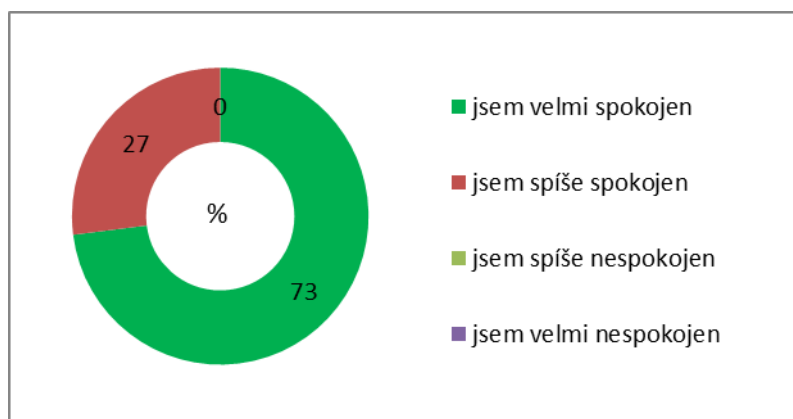
Klub seniorů	absolutní četnost				relativní četnost (v %)				celkem	
	Ano		Ne		Ano		Ne		abs.	relativní četnost (v %)
	velmi	spíše	spíše	velmi	velmi	spíše	spíše	velmi		
Podhoří	38	20	0	0	52	74	0	0	55	55
U Majáku	35	7	0	0	48	26	0	0	45	45
<b>celkem</b>	<b>73</b>	<b>27</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 12.** Spokojenost respondentů s nabídkou konkrétního (svého) KS.



**Obr. 22.** Spokojenost respondentů s nabídkou VA dle pohlaví.

Co se týče nabídky aktivit, jsou oba kluby seniorů na srovnatelné úrovni, mám tím na mysli, že v obou klubech probíhají kurzy výuky cizích jazyků, sportovní aktivity či ruční práce, avšak v rámci KS Podhoří se navíc uskutečňuje, jak jsem již výše zmiňovala, Akademie III. věku, kterou mohou navštěvovat i členové jiných klubů, včetně těch z KS U Majáku. Během Akademie absolvují senioři 15 přednášek, 3 exkurze a závěrečný test. Jedná se v podstatě o anketu kvality spokojenosti s jednotlivými přednáškami a přednášejícími. Akademie III. věku má tak obrovský úspěch, že adepti jsou vybíráni z jednotlivých klubů jednak na základě přihlášek a jednak s přihlédnutím k zásluhám ve prospěch svých klubů, maximálně může být na daný rok vybráno 40 osob. V KS U Majáku taktéž probíhají besedy a nejrůznější přednášky, inspirací k nabídce VA jsou předsedkyně pí Vaňkové připomínky členů při společném posezení či jednání výboru 1x za měsíc. Obecně lze tedy konstatovat, že jsou senioři spokojeni s nabídkou volnočasových aktivit svého klubu. Pro úplnost uvádím ještě procentuelní graficky vyjádřenou spokojenost respondentů s nabídkou volnočasových aktivit Obr. 23. a podotýkám, že se jedná o respondenty celkem.

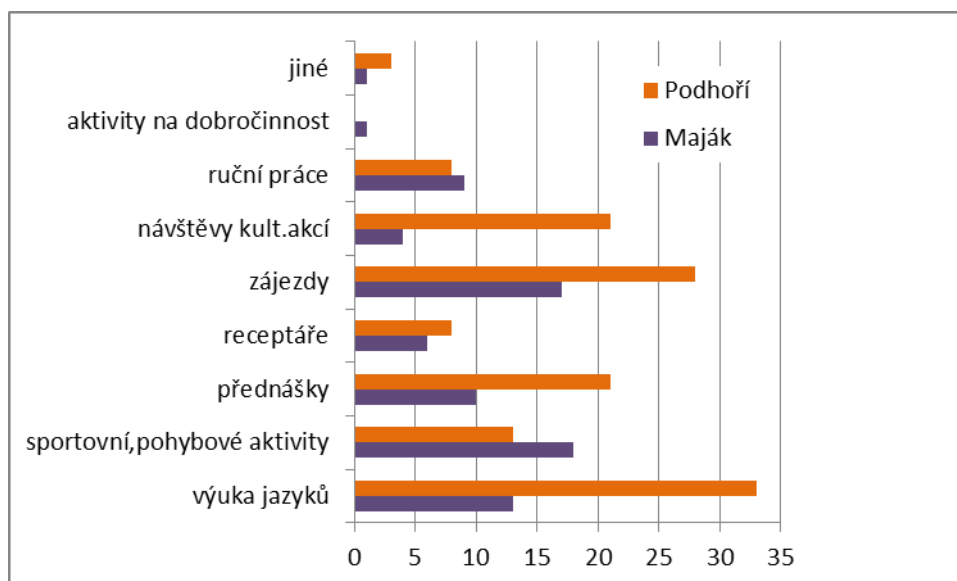


**Obr. 23.** Spokojenost respondentů s nabídkou VA v %.

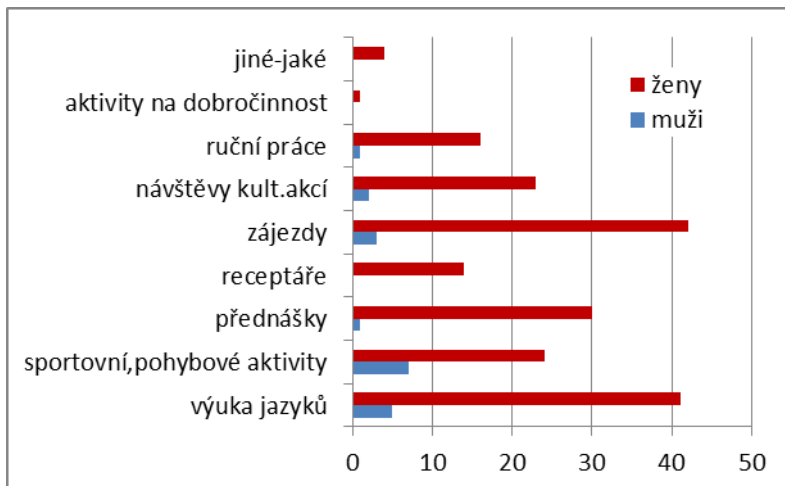
V položce týkající se nejoblíbenějších aktivit svého KS, měli senioři možnost zvolit max 3 odpovědi z dané nabídky aktivit, čehož většina respondentů využila. S předsedkyněmi obou klubů byla otázka předem konzultována a v rámci dotazníku byla navržena verze nabídky aktivit použitelná a srovnatelná pro oba KS. Inspiraci k nabídce aktivit svého klubu bere pí Matušková (KS Podhoří) např. z osobního setkání s MUDr. Lormanem, zakladatelem pražského občanského sdružení Život 90, které je průkopníkem mezi kluby seniorů v ČR. Položku zjišťující nejoblíbenější aktivity v rámci konkrétního KS bylo účelné zpracovat pro lepší představivost graficky jak z pohledu mužů a žen, tak procentuelně z hlediska klubů i celkového počtu respondentů.

Nabídka aktivit	šetření - nejoblíbenější aktivity v rámci KS					
	KS Podhoří		KS U Majáku		odpovědi celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
výuka jazyků	33	24	13	16	46	22
sportovní aktivity	13	10	18	23	31	14
přednášky	21	15	10	13	31	14
receptáře	8	6	6	8	14	7
zájezdy, vycházky	28	21	17	22	45	21
návštěva kultury	21	16	4	5	25	12
ruční práce	8	6	9	11	17	8
dobročinné aktivity	0	0	1	1	1	0
jiné aktivity	3	2	1	1	4	2
<b>celkem</b>	<b>135</b>	<b>100</b>	<b>79</b>	<b>100</b>	<b>214</b>	<b>100</b>

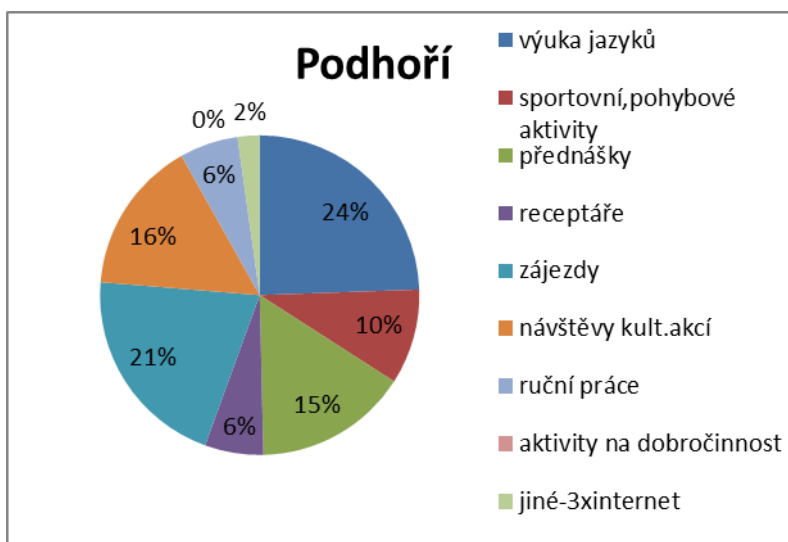
**Tab. 13.** *Aktivity, které senioři využívají v rámci svého klubu nejraději.*



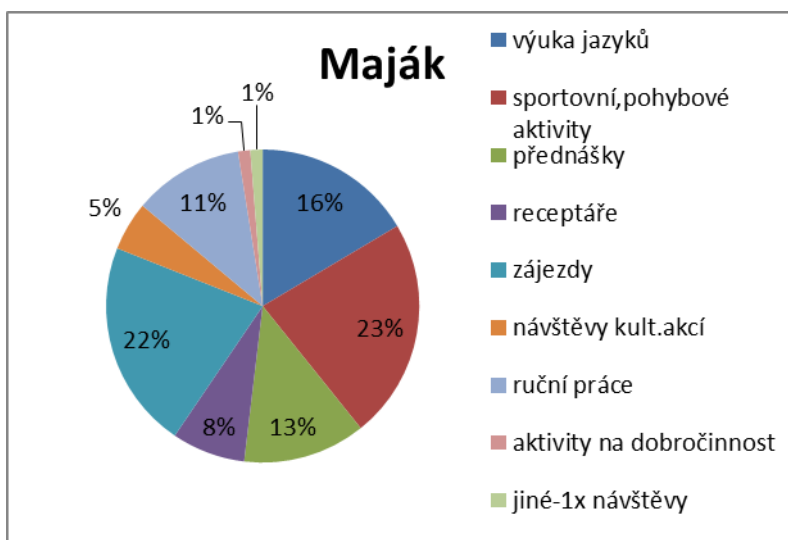
**Obr. 24.** *Nejoblíbenější aktivity seniorů v rámci KS.*



Obr. 25. Nejoblíbenější aktivity v rámci KS z hlediska pohlaví.

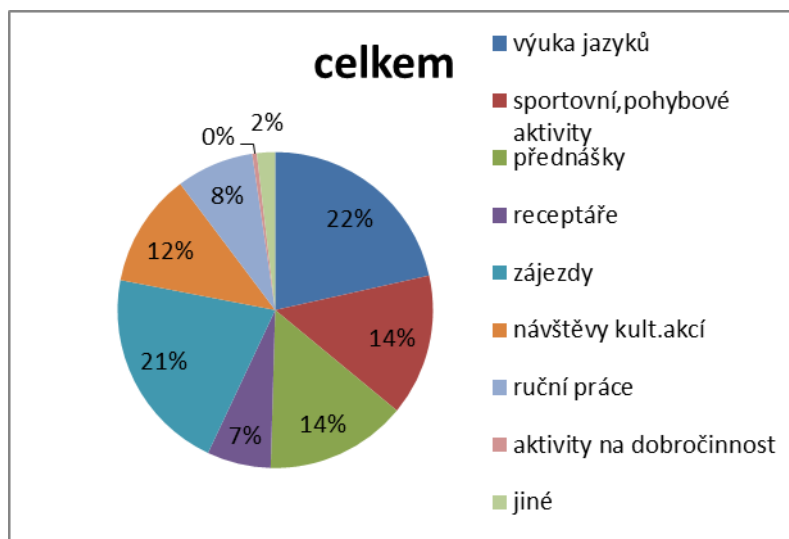


Obr. 26. Nejoblíbenější VA v % v rámci KS Podhoří.



Obr. 27. Nejoblíbenější VA v % v rámci KS U Majáku.

Dle celkového vyhodnocení (Obr. 28.) položky č. 6, byla nejoblíbenější aktivitou výuka jazyků s 22 % hlasy, následovaná zájezdy s 21 % a o třetí příčku soupeří se 14 % přednášky a pohybové aktivity. Pokud se zaměříme přímo na dané kluby, tak nejoblíbenější aktivitou v KS Podhoří Obr. 26. je výuka jazyků s 24 % hlasy, poté zájezdy 21 % a třetí jsou návštěvy kulturních akcí se 16 %. V KS U Majáku Obr. 27. vítězí s 23 % pohybové aktivity, následují zájezdy s 22 % a na třetím místě v oblíbenosti je výuka jazyků se 16 %.



**Obr. 28.** Nejoblíbenější VA v % v celkem.

Na otázku, zda seniorům vyhovuje časový harmonogram nabízených aktivit, odpovědělo 100 % respondentů kladně. Z toho 59 % respondentům vyhovuje harmonogram velmi a 41 % uvedlo, že jim spíše vyhovuje. Lze tedy konstatovat, že co se týče časového harmonogramu, jsou senioři spokojeni a není nutno přistoupit k zásadním změnám. Znázornění vyjádření respondentů k časovému harmonogramu pomocí grafu viz Příloha P IV.

Klub seniorů	absolutní četnost				relativní četnost (v %)				celkem	
	Ano		Ne		Ano		Ne		abs.	relativní četnost (v %)
	velmi	spíše	spíše	velmi	velmi	spíše	spíše	velmi		
Podhoří	23	32	0	0	39	78	0	0	55	55
U Majáku	36	9	0	0	61	22	0	0	45	45
<b>celkem</b>	<b>59</b>	<b>41</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 14.** Vyjádření respondentů k časovému harmonogramu nabízených aktivit.

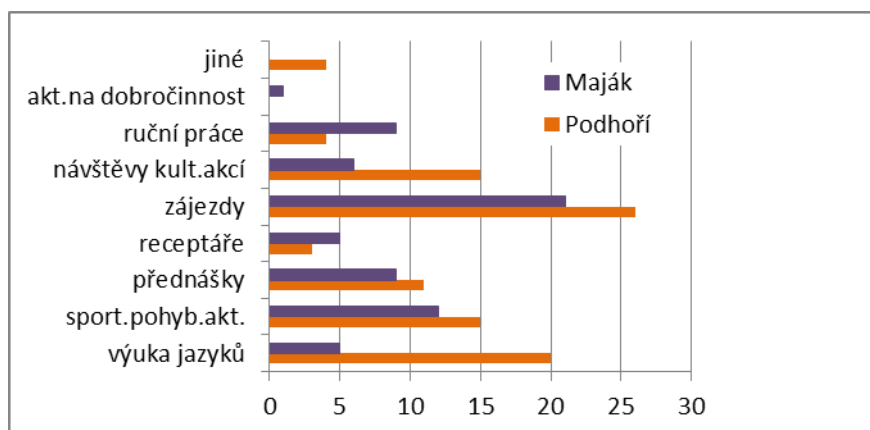
Výsledky vyplývající z výzkumu mohou být případně využity ke změně nebo obohacení nabídky poskytovaných volnočasových aktivit v rámci KS, proto bylo v rámci dotazníkového šetření zjišťováno, které aktivity ze stávající nabídky by respondenti uvítali



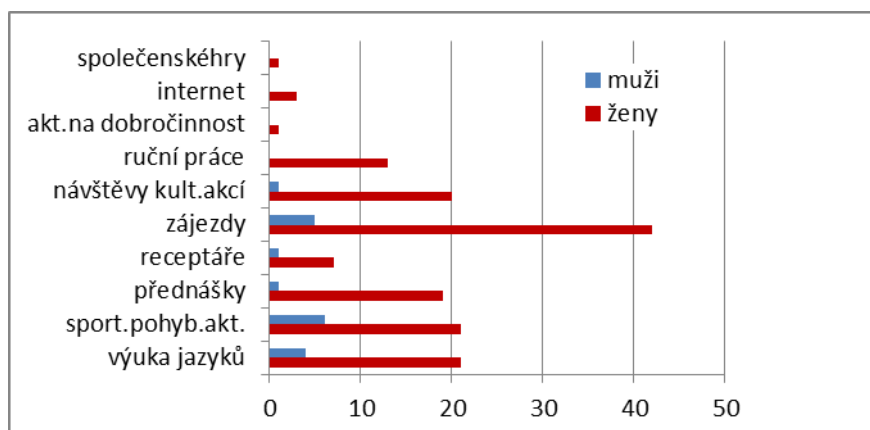
častěji. Při odpovědi na otázku mohli volit respondenti 3 možnosti z nabízených alternativ (čehož všichni nevyužili), příp. mohli doplnit odpověď jinou. V nabídce byly vybrány stejné aktivity jako v položce nejoblíbenějších aktivit, aby bylo následně možné tato data porovnat a zjistit tak relevantní odpověď na otázku častěji vítaných aktivit.

nabídka aktivit	šetření - aktivity, které byste uvítali častěji v rámci KS					
	KS Podhoří		KS U Majáku		odpovědi celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
výuka jazyků	20	21	5	7	25	15
sportovní aktivity	15	15	12	18	27	16
přednášky	11	11	9	13	20	12
receptáře	3	3	5	7	8	5
zájezdy, vycházky	26	27	21	31	47	28
návštěva kultury	15	15	6	9	21	13
ruční práce	4	4	9	13	13	8
dobročinné aktivity	0	0	1	2	1	1
jiné aktivity	4	4	0	0	4	2
<b>celkem</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	<b>68</b>	<b>100</b>	<b>166</b>	<b>100</b>

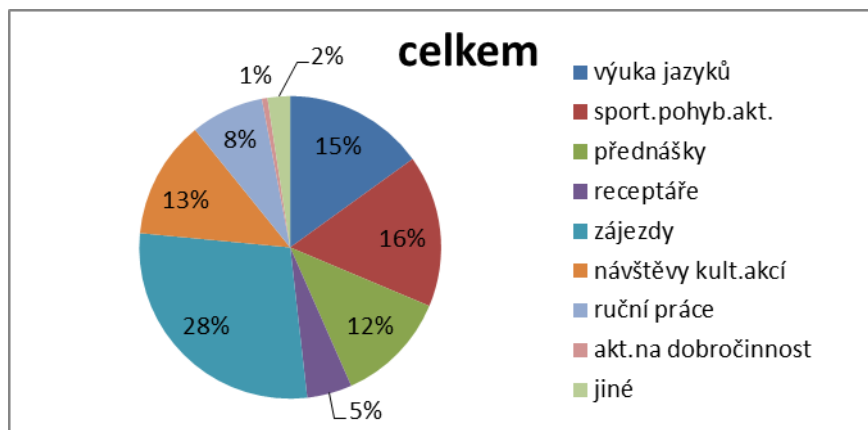
Tab. 15. Aktivity, které by v rámci KS respondenti uvítali častěji.



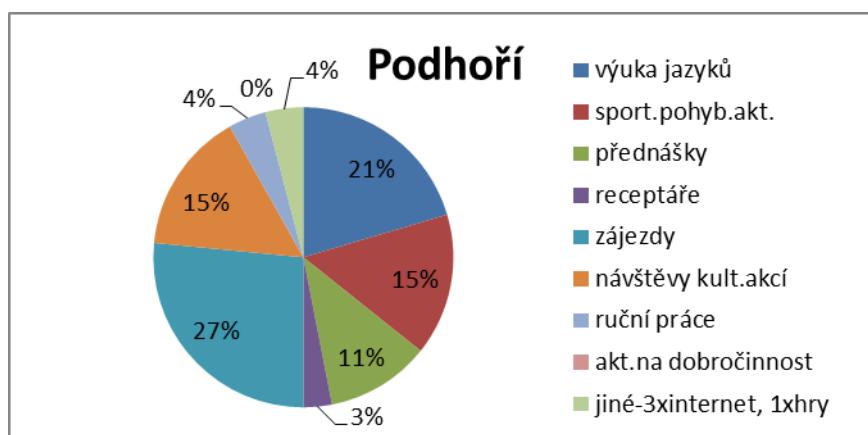
Obr. 29. Aktivity, které by respondenti v rámci KS uvítali častěji.



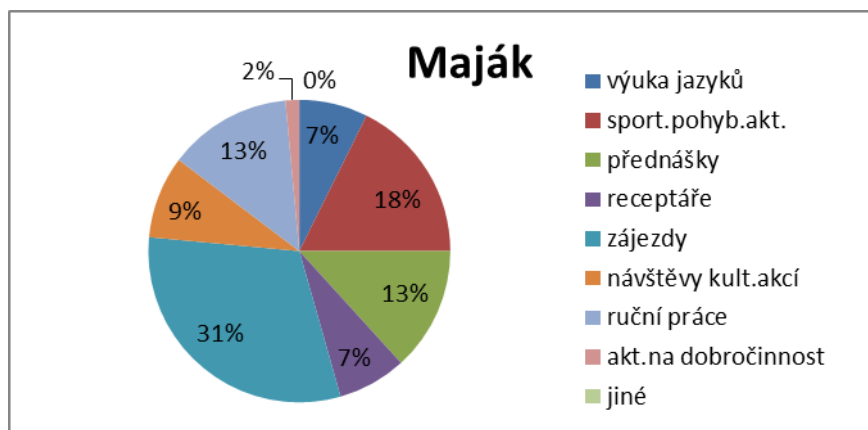
Obr. 30. Aktivity, které by respondenti uvítali častěji dle pohlaví.



**Obr. 31.** Vyjádření respondentů- častěji uvítané VA v % celkem.



**Obr. 32.** Vyjádření respondentů- častěji uvítané VA v % Podhoří.



**Obr. 33.** Vyjádření respondentů- častěji uvítané VA v % Maják.

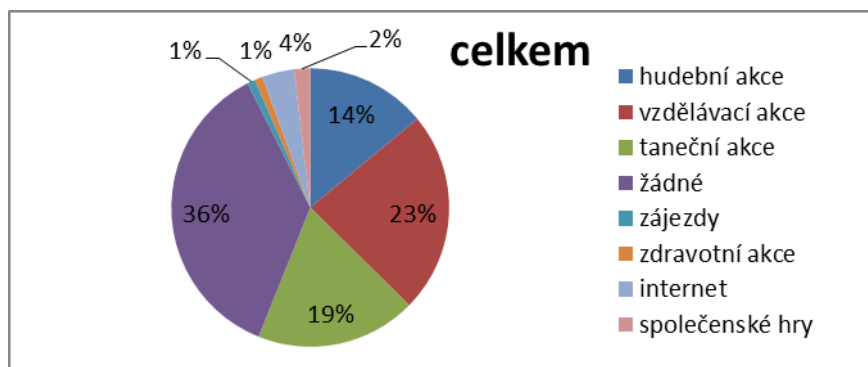
Z Obr. 31. je patrné, že plných 28 % respondentů by častěji uvítalo zájezdy, tato odpověď byla nejvíce volena v obou KS. Na druhém místě by 16 % seniorů z celkového počtu častěji uvítalo pohybové aktivity, ovšem zde se již názory v klubech rozcházejí. Zatímco na Podhoří by častěji uvítalo výuku jazyků 21 %, U Majáku preferuje sport 18 %. Třetí příčku v celkovém hodnocení zaujímá výuka jazyků s 15 %. Na Podhoří jsou na třetím místě sport

a návštěvy kulturních akcí shodně s 15 % hlasů, U Majáku se na třetím místě umístily shodně přednášky a ruční práce se 13 %. Z analýzy tedy vyplývá, že aktivitou, kterou by senioři uvítali častěji, jsou jednoznačně zájezdy, které zvítězily v obou klubech seniorů.

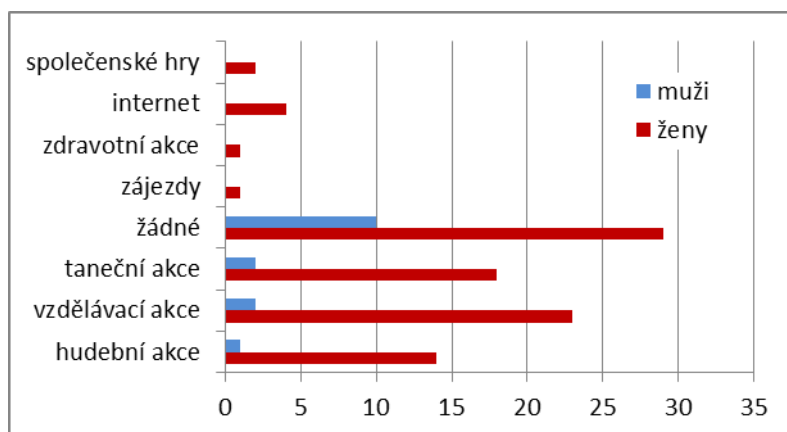
Každý klub seniorů má svého předsedu a zástupce, resp. výbor. Všichni tito lidé jsou voleni prostřednictvím komise složené z představitelů Oboru sociálních věcí Magistrátu města Zlína a zástupců jednotlivých klubů na 4 roky, dříve to bylo na 3 roky. Počet osob ve výboru je odvislý od celkového počtu členů klubu. Na Podhoří je výbor tvořen z 8 členů a U Majáku ze 7 členů. Dle informací poskytnutých předsedkyněmi, rozhoduje o společných aktivitách, resp. o jejich nabídce, výbor ve svém hlasování 1x měsíčně. Úkolem předsedy je rovněž kontrolovat plnění činnosti a náplně jednotlivých kursů. Z předchozích položek jsme se již dozvěděli nejoblíbenější aktivity i ty, které by senioři uvítali častěji. Zásadní otázkou pro budoucí možné změny v nabídce aktivit daných klubů je, které aktivity respondenti ve svém klubu postrádají? V rámci položky č. 9 v dotazníku, byly respondentům navrženy pouze okruhy aktivit, nikoli konkrétní nabídka. Respondenti měli opět možnost volby max 3 odpovědí.

Poptávka po aktivitách	štetření - postrádané aktivity					
	KS Podhoří		KS U Majáku		odpovědi celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
hudební akce	7	12	8	17	15	14
vzdělávací akce	14	24	11	23	25	23
taneční akce	12	20	8	17	20	19
žádné	19	32	20	41	39	36
zájezdy	0	0	1	2	1	1
zdravotní akce	1	2	0	0	1	1
internet	4	7	0	0	4	4
společenské hry	2	3	0	0	2	2
<b>celkem</b>	<b>59</b>	<b>100</b>	<b>48</b>	<b>100</b>	<b>107</b>	<b>100</b>

**Tab. 16.** *Aktivity, které respondenti ve svých klubech postrádají.*



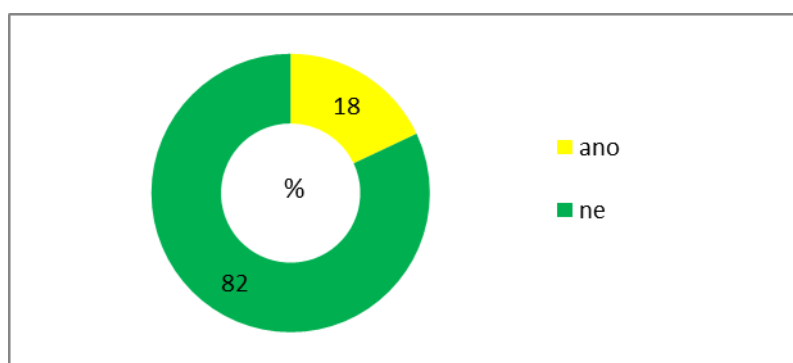
**Obr. 34.** *Aktivity, které respondenti postrádají vyjádření v %.*



**Obr. 35.** Postrádané aktivity z hlediska pohlaví.

Většina respondentů nevyužila možnosti zvolit 3 postrádané aktivity, nebo jich zkrátka tolik nepostrádá. Co se týká jednotlivých klubů, tak v KS Podhoří 32 % respondentům žádné aktivity nescházejí, vcelku překvapující je zde množství 24 % respondentů, kteří uvedli, že jim chybí vzdělávací aktivity. Zde zřejmě mají senioři na mysli vzdělávací přednášky, které jsou sice součástí Akademie III. věku, ale protože počet míst v rámci Akademie je omezen, cítí se ostatní členové klubu o tyto vzdělávací aktivity ochuzeni. V KS U Majáku je plných 41 % respondentů, jimž žádné aktivity nescházejí, také zde se ovšem respondenti ve 23 % vyjádřili, že postrádají vzdělávací aktivity. Zhodnotíme-li tuto položku dle celkového počtu respondentů, pak jich 36 % žádné aktivity nepostrádá, 23 % chybí vzdělávací akce a 19 % postrádá taneční akce. V příloze P IV je znázorněn graf postrádaných aktivit v jednotlivých KS.

Na položku č. 9. je určitým způsobem navázána otázka členství v jiném klubu, neboť se domnívám, že pokud seniorům v nabídce scházejí nějaké aktivity, vyhledávají je v klubu jiném. Z tohoto důvodu budu nyní analyzovat otázku členství v jiném než stávajícím klubu seniorů, přičemž po zpracování této položky se opět vrátím k analýze položek dle pořadí dotazníku.

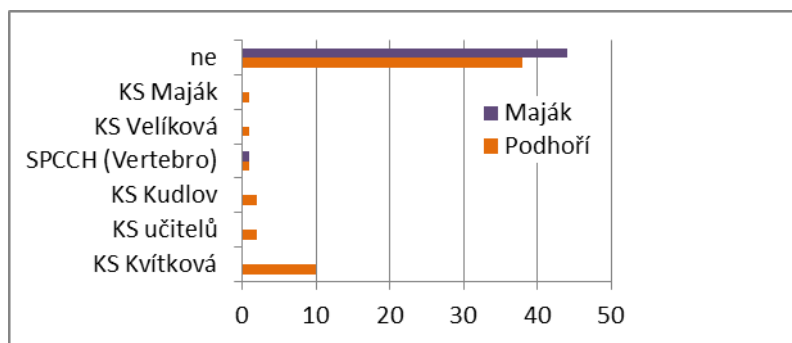


**Obr. 36.** Respondenti, kteří jsou členy jiného KS vyjádřeno v %.

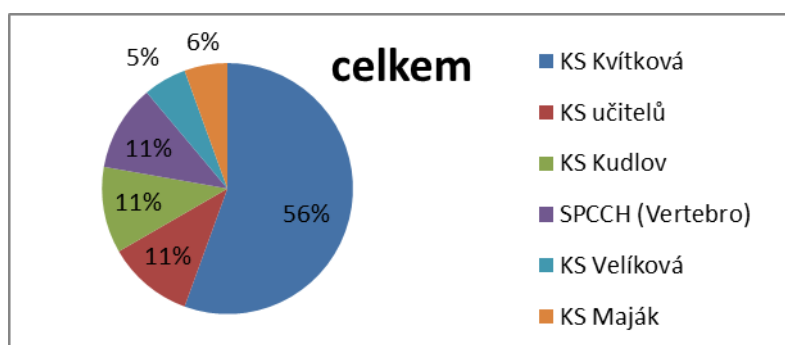
Jste členem ještě jiného KS	šetření - členství v jiném KS					
	KS Podhoří		KS U Majáku		odpovědi celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
ano	17	31	1	2	18	18
ne	38	69	44	98	82	82
<b>celkem</b>	<b>55</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 17.** Podíl respondentů, kteří jsou členy ještě jiného klubu seniorů.

U položky týkající se členství v jiném klubu bylo nutné analyzovat data dle příslušnosti ke klubu, v němž probíhal výzkum a zjistit, kolik respondentů z daného KS navštěvuje klub jiný, jaký a proč? V dotazníku uvedlo 17 respondentů z KS Podhoří, že navštěvuje ještě jiný klub. Z tohoto počtu 10 respondentů navštěvuje KS Kvítková (6 respondentů, protože se tam tančí a zpívá, 2 respondentky, protože zde pracují, 1 žena jako důvod uvedla délku členství a 1 zde chodí na kurs AJ). Dalším jiným navštěvovaným klubem (stále v rámci KS Podhoří) je KS Kudlov – uvedly jej 2 respondentky z důvodu blízkosti bydliště. Klub učitelů navštěvují taktéž 2 respondentky, důvod-bývalí kolegové. Po 1 respondentu jsou navštěvovány KS U Majáku (blízko bydliště), Velíková (bez udání důvodu) a Vertebro (v rámci svazu postižených civilizačními chorobami). Co se týče KS U Majáku, jen 1 respondentka uvedla členství v klubu Vertebro (SPCCH). Výzkumem bylo zjištěno, že 18 % respondentů navštěvuje ještě jiný KS, z toho 56 % KS Kvítková a celkem 82 % nenavštěvuje další KS.



**Obr. 37.** Členství v jiných klubech – jakých, ano/ne.



**Obr. 38.** Procentuelní vyjádření členství v jiných KS.

### 6.1.4 Postoje a názory seniorů

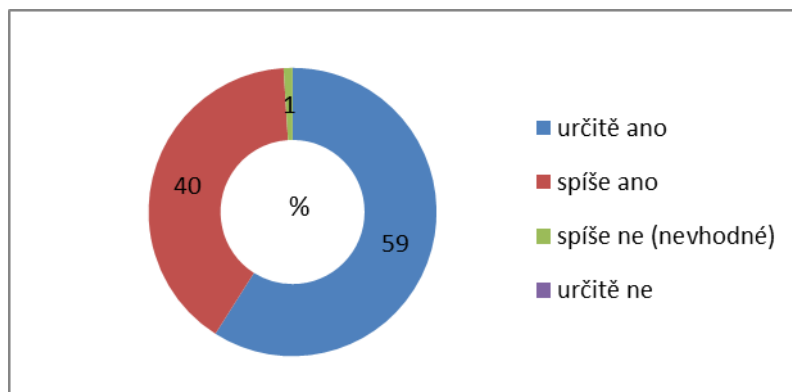
V této podkapitole jsou zařazeny položky, v nichž senioři měli možnost vyjádřit své názory a postoje k volnočasovým aktivitám, příp. k záležitostem s nimi souvisejícím.

Jednou z dílčích otázek č. 9., viz podkapitola 4.1.1 bylo, zda senioři prosazují své názory a tvůrčí náměty v případě, že je jim dána příležitost. Předsedkyněmi obou klubů nezávisle na sobě mi bylo sděleno, že členové mají možnost se vyjadřovat k chodu klubu. Obě dámy jsou takovými „vrbami pro své ovečky“, však také jednou z nejdůležitějších vlastností, mimo organizačních schopností, je jejich trpělivost. O tom, zda jsou připomínky členů brány v potaz, či vedou k nějaké změně, opět rozhoduje zvolený výbor, který svoji práci plní opravdu zodpovědně. Během 20 let trvání klubu seniorů na Podhoří byly z výboru vyloučeny pouze 2 osoby, protože neplnily řádně své povinnosti.

Klub seniorů	absolutní četnost				relativní četnost (v %)				celkem	
	Ano		Ne		Ano		Ne		abs.	relativní četnost (v %)
	určitě	spíše	spíše	určitě	určitě	spíše	spíše	určitě		
Podhoří	30	25	0	0	51	63	0	0	55	55
U Majáku	29	15	1	0	49	37	100	0	45	45
<b>celkem</b>	<b>59</b>	<b>40</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 18.** Možnost uplatnění názorů a tvůrčích námětů při VA v rámci KS.

V odpovědi na otázku, která zkoumala možnost uplatnění názorů a námětů při volnočasových aktivitách, odpovědělo 59 % respondentů, že určitě ano, 40 % respondentů si myslí, že spíše mohou uplatnit svůj názor a 1 respondentka se domnívá, že spíše ne, protože je to nevhodné. Graf znázorňující možnost vyjádřit názory respondentů z hlediska klubů viz Příloha P IV.

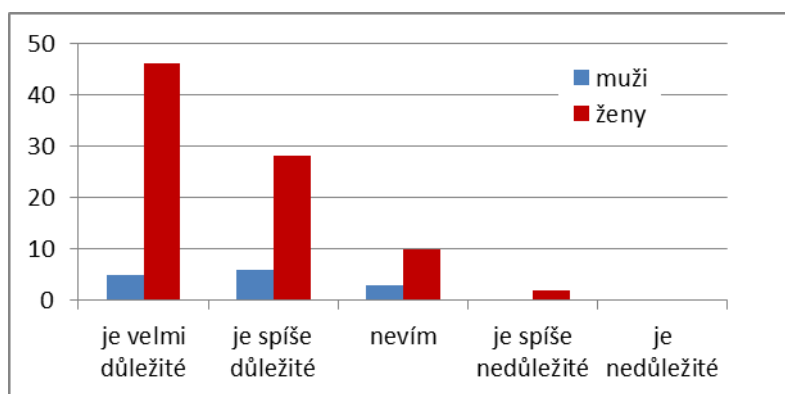


**Obr. 39.** Možnost uplatnit své názory a tvůrčí náměty vyjádřená v %.

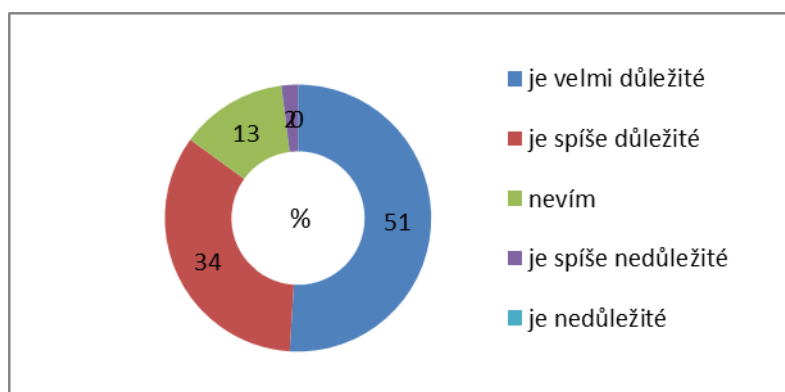
V podkapitole 6.1.1 byli respondenti členěni dle nejrůznějších hledisek, mimo jiné dle vzdělání. Výzkumem již dříve bylo zjištěno, že v obou klubech jsou zastoupeny respondenti různých stupňů vzdělání, přičemž procentuálně největší byl počet osob-žen se středoškolským vzděláním s maturitou (ostatní školy mimo gymnázium). V následující položce je zkoumán náhled respondentů na důležitost seniorského vzdělávání. Jako smysluplnější se jevílo znázornění četností v porovnání respondentů dle pohlaví, nežli dle klubů.

Dělení dle pohlaví	absolutní četnost					relativní četnost (v %)					celkem	
	Ano			Ne		Ano			Ne		abs.	relativní četnost (v %)
	velmi	spíše	nevím	spíše	velmi	velmi	spíše	nevím	spíše	velmi		
ženy	46	28	10	2	0	90	82	77	100	0	86	86
muži	5	6	3	0	0	10	18	23	0	0	14	14
<b>celkem</b>	<b>51</b>	<b>34</b>	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 19.** Postoje respondentů k seniorskému vzdělávání.



**Obr. 40.** Postoje respondentů k seniorskému vzdělávání dle pohlaví.



**Obr. 41.** Vyjádření postojů k důležitosti seniorského vzdělávání v %.

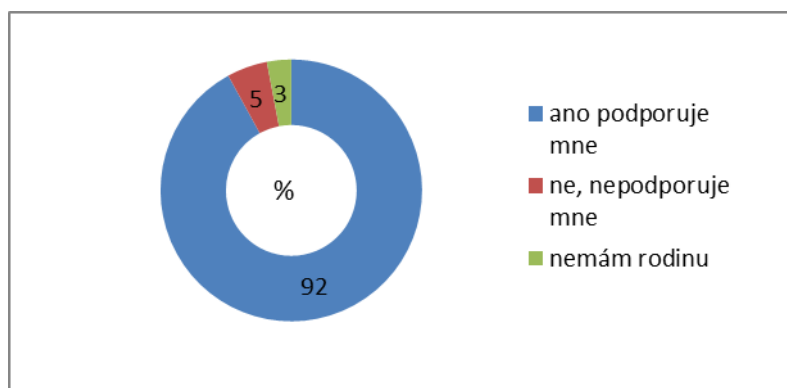
Z Obr. 41. je patrné, že 51 % respondentů je přesvědčeno, že vzdělávání v seniorském věku je velmi důležité, 34 % ho pokládá za spíše důležité, 13 % neví a 2 % si myslí, že je spíše

nedůležité. Žádný z respondentů nevedl, že seniorské vzdělávání je nedůležité – viz dílčí otázka č. 2, podkapitola 4.1.1.

Další položka (č.12.) zjišťovala, zda mají senioři podporu svých rodin při volnočasových aktivitách v rámci klubů seniorů. V tomto případě se zdálo účelnější členění respondentů dle pohlaví, neboť dle mého názoru není tak důležité, jaký klub senior navštěvuje, ale spíše to, jak sám vnímá podporu své rodiny.

Dělení dle pohlaví	šetření - podpora rodiny							
	ano		ne		nemám rodinu		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
muži	13	14	1	20	0	0	14	14
ženy	79	86	4	80	3	100	86	86
<b>celkem</b>	<b>92</b>	<b>100</b>	<b>5</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 20.** Úsudky respondentů k tomu, zda rodina podporuje jejich VA v rámci KS.



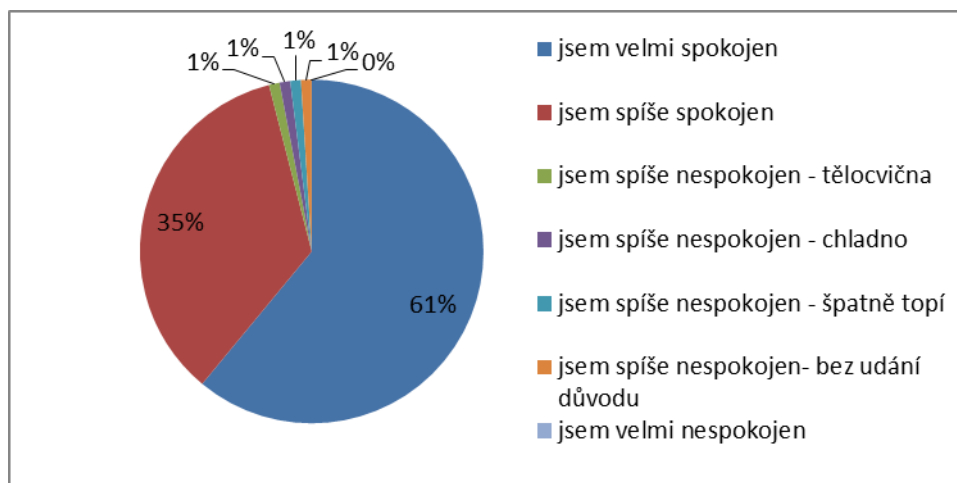
**Obr. 42.** Podpora rodiny seniora ve VA v rámci KS – vyjádření v %.

V odpovědi na dílčí otázku č. 4 (podkapitola 4.1.1) týkající se subjektivního vnímání podpory rodiny, odpovědělo nejvíce respondentů tj. 92 %, že rodina podporuje jejich aktivity v rámci klubů seniorů, 5 % je přesvědčeno, že rodina neschvaluje jejich aktivity v rámci klubů a 3 % respondentů žádnou rodinu nemají.

Oba kluby jsou z velké části dotovány Magistrátem města Zlína, sponzorskými dary a členskými příspěvky. Peníze jsou využity zejména k zajištění provozu klubu, na vybavení, opravy či spolufinancování velkých klubových akcí. Rozdíly v zázemí a prostorách obou klubů jsou však markantní a na první pohled viditelné. Zatímco KS Maják jako relativně mladý klub seniorů sídlí v nově zrekonstruovaných prostorách a jeho vybavení je na vysoké úrovni, prostory KS Podhoří jsou naprosto nevyhovující. Objekt je zastaralý, vlhký a na mnoha místech se objevuje zdraví nebezpečná plíseň. Předsedkyně klubu paní Matušková si posteskla, že zde bývá často chladno, neboť okna špatně těsní a topení je



v havarijním stavu, částka na opravy je tím pádem poměrně vysoká a náklady pro město se prodražují. Předsedkyně již několikrát při společném jednání s Odborem sociálních věcí nadnesla, že by uvítala, kdyby se našel nějaký starší objekt ve Zlíně, který město nevyužívá a jež by se za pomoci sponzorů zrekonstruoval, aby poté sloužil seniorům podobně jako pražské sdružení „Život 90“. V objektu by byly seniorům poskytovány kompletní služby, od vzdělávání, přes zábavu až po rehabilitace a další. Zatím se tento nápad nesetkal s pozitivní odezvou. Ač jsou prostory KS Maják zrekonstruované, i zde by se dle sdělení předsedkyně paní Vaňkové, našly návrhy na zlepšení. V první řadě zde chybí sprchy. Prostory klubu jsou hojně využívány ke sportovním účelům, je tudíž důležité, aby bylo hygienické zázemí zajištěno na odpovídající úrovni. Další věcí, kterou vidí předsedkyně jako překážku je, že členové musí neustále přenášet (stěhovat) stoly a židle, protože objekt slouží jak ke vzdělávání a přednáškám, tak k pohybovým aktivitám. V dotazníkovém šetření byla respondentům položena otázka týkající se spokojenosti s prostory jejich klubů. Senioři měli možnost se vyjádřit a v případě, že nejsou spokojeni, uvést jaký mají pro to důvod. Jejich odpovědi byly analyzovány a členěny jak procentuelně za respondenty celkem Obr. 43., tak dle klubů Obr. 44. a rovněž dle pohlaví (Příloha P IV).

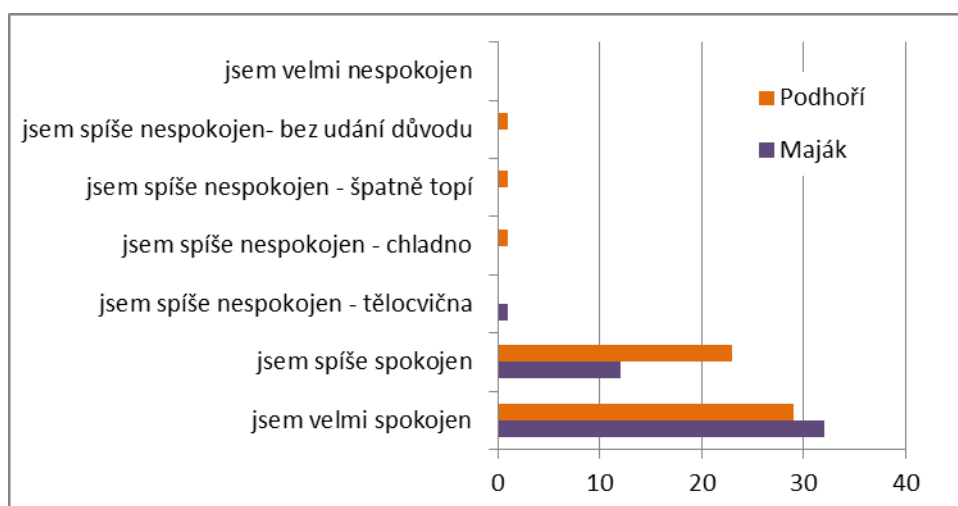


**Obr. 43.** Vyjádření respondentů k prostorám klubů seniorů v %.

Klub seniorů	absolutní četnost				relativní četnost (v %)				celkem	
	Ano		Ne		Ano		Ne		abs.	relativní četnost (v %)
	velmi	spíše	spíše	velmi	velmi	spíše	spíše	velmi		
Podhoří	29	23	3	0	48	66	75	0	55	55
U Majáku	32	12	1	0	52	34	25	0	45	45
<b>celkem</b>	<b>61</b>	<b>35</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

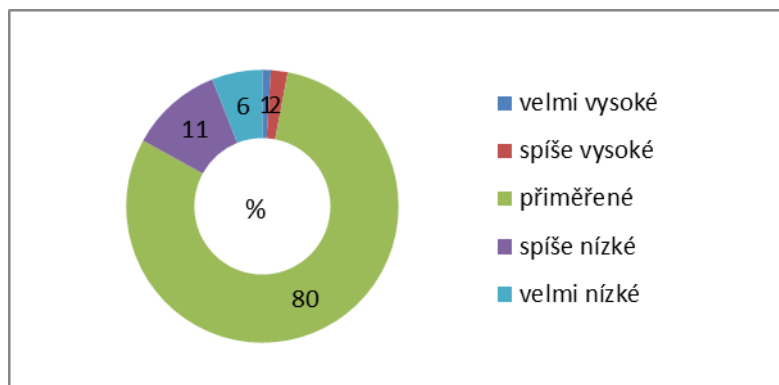
**Tab. 21.** Vyjádření respondentů k prostorám jejich klubů.

Výzkum prokázal, že 61 % respondentů je velmi spokojeno s prostory svého klubu, 35 % respondentů je spíše spokojeno, 4 % uvedly, že jsou spíše nespokojeni, jednalo se o 3 respondenty z KS Podhoří (jako důvody uvedli 2x chladno, 1x bez udání důvodu) a o 1 respondenta z KS U Majáku, který byl spíše nespokojen, protože se domnívá, že prostory jeho klubu vypadají jako tělocvična – viz dílčí otázka č. 7., podkapitola 4.1.1.



**Obr. 44.** Vyjádření respondentů k prostorám klubů seniorů dle KS.

Ve skupině položek zaměřených na postoje a názory respondentů následovala otázka týkající se výše členských poplatků. Dílčí výzkumnou otázkou č. 6., bylo subjektivní vnímání výše těchto poplatků seniory. Dle informací předsedkyň obou klubů jsou členské poplatky přiměřené či spíše nízké, konkrétní částku však z důvodu citlivosti údaje neuvádím. Převážné většině respondentů (80 %) připadá výše členských poplatků přiměřená, 11 % se domnívá, že jsou poplatky spíše nízké, 6 % respondentů si myslí, že jsou poplatky velmi nízké. Pouze 2 % respondentů uvedla, že jsou členské poplatky spíše vysoké a 1 % se zdají poplatky velmi vysoké.

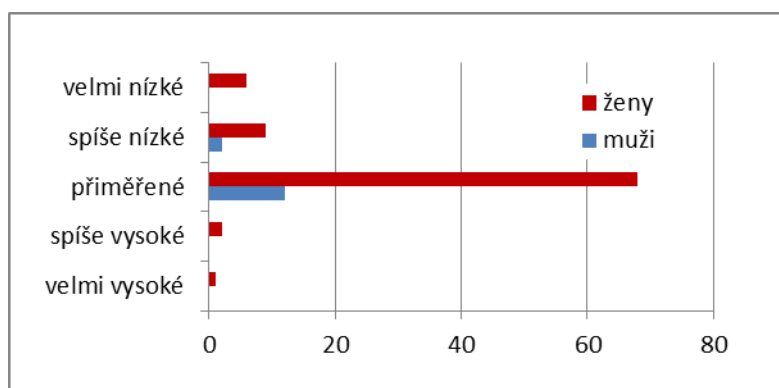


**Obr. 45.** Procentuelní vyjádření respondentů k výši čl. poplatků.

Dělení dle pohlaví	šetření - výše členských poplatků											
	velmi vysoké		spíše vysoké		přiměřené		spíše nízké		velmi nízké		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
muži	0	0	0	0	12	15	2	18	0	0	14	14
ženy	1	100	2	100	68	85	9	82	6	100	86	86
<b>celkem</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>2</b>	<b>100</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>11</b>	<b>100</b>	<b>6</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 22.** *Názory respondentů k výši členských poplatků.*

Pro ilustraci uvádím Obr. 46., porovnávající názory na výši členských poplatků dle mužů a žen. Graf názorů respondentů na výši členských poplatků členěný dle klubů jsem v této položce nezpracovávala, neboť výše členských poplatků je ve všech klubech seniorů ve Zlíně stejná, a tudíž by toto členění nemělo smysl.

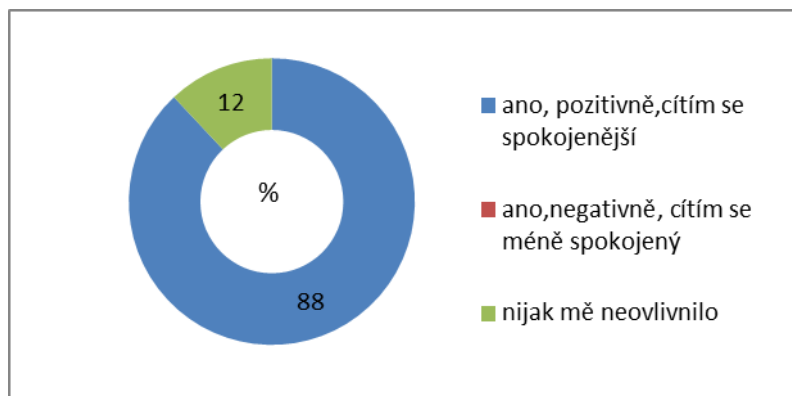


**Obr. 46.** *Názory respondentů k výši čl. poplatků dle pohlaví.*

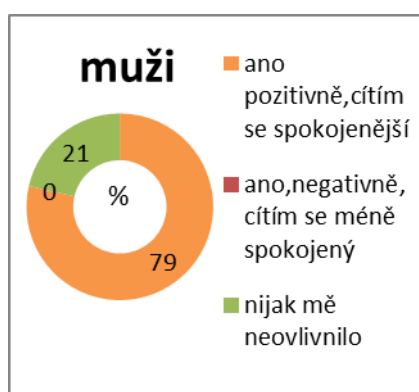
Jako zajímavá se jeví položka, prostřednictvím které senioři odpovídali na otázku, zda je ovlivnilo členství v klubu seniorů a jakým způsobem? Opět se vracím k rozhovoru s předsedkyněmi, jež považují činnost klubů seniorů za velmi důležitou, protože představuje pro seniory výstup ze stereotypu, formu odreagování, získání zajímavých poznatků a v neposlední řadě možnost navázání nových kontaktů a přátelství.

Ovlivnění členstvím v KS	šetření - ovlivnění členstvím v KS					
	Podhoří		Maják		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
ano, pozitivně - cítím se spokojenější	49	89	39	87	88	88
ano, negativně - cítím se méně spokojený	0	0	0	0	0	0
nijak mě neovlivnilo	6	11	6	13	12	12
<b>celkem</b>	<b>55</b>	<b>100</b>	<b>45</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 23.** *Názory respondentů na to, zda je ovlivnilo členství v KS.*



**Obr. 47.** *Názory respondentů na ovlivnění členstvím v KS v %.*



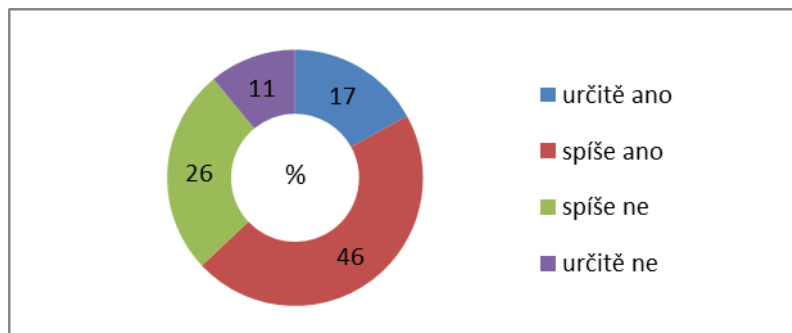
**Obr. 48.** *Ovlivnění členstvím vyjádřeno v % muži.*



**Obr. 49.** *Ovlivnění členstvím vyjádřeno v % ženy.*

V podkapitole 4.1.1 se jedna z dílčích otázek č. 5. ptala respondentů, zda přispívá členství v klubu seniorů k vyšší životní spokojenosti. Z Obr. 47. je patrné, že převážná část 88 % respondentů je přesvědčena, že je členství v klubu seniorů ovlivnilo pozitivně, cítí se díky tomu spokojenější, 12 % respondentů uvedlo, že je členství nijak neovlivnilo. Žádný z respondentů se necítí být ovlivněn negativně. Lze tedy konstatovat, že členství v klubu seniorů bezpochyby přispívá k vyšší životní spokojenosti seniorů. Pro zajímavost jsou zpracovány v Obr. 48. a 49. navíc procentuelní hodnoty vztahující se k jednotlivým pohlavím, z nichž je patrné, že 90 % žen a 79 % mužů je členstvím v klubu seniorů ovlivněno pozitivně a cítí se díky tomu v životě spokojenější. V Příloze P IV jsou graficky znázorněny postoje mužů a žen k ovlivnění členstvím, a rovněž názory respondentů k ovlivnění členstvím z hlediska klubu.

Poslední otázkou, která zjišťovala názory a postoje respondentů týkající se klubů seniorů bylo, jak hodnotí respondenti podporu klubů seniorů všeobecně, zda se domnívají, že jsou kluby dostatečně podporovány okolím – viz dílčí otázka č. 8., podkapitola 4.1.1.

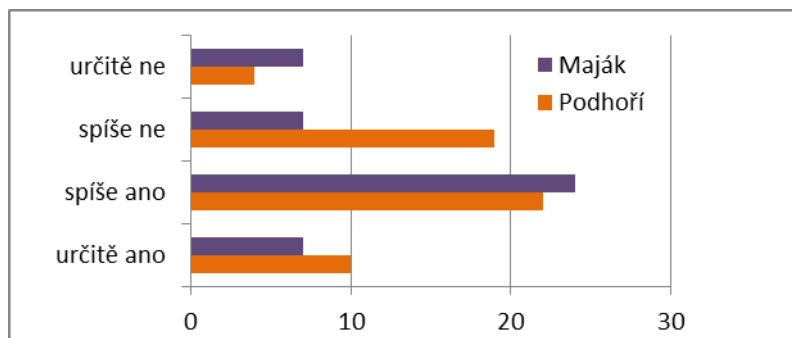


**Obr. 50.** Názory respondentů celkem k podpoře KS okolím vyjádřené v %.

Klub seniorů	absolutní četnost				relativní četnost (v %)				celkem	
	Ano		Ne		Ano		Ne		abs.	relativní četnost (v %)
	určitě	spíše	spíše	určitě	určitě	spíše	spíše	určitě		
Podhoří	10	22	19	4	59	48	73	36	55	55
U Majáku	7	24	7	7	41	52	27	64	45	45
<b>celkem</b>	<b>17</b>	<b>46</b>	<b>26</b>	<b>11</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 24.** Podpora KS okolím dle názorů respondentů – členěno dle klubů.

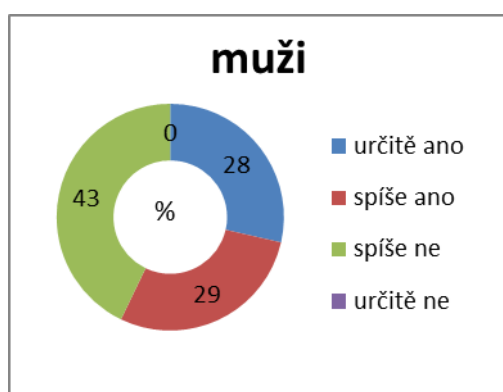
Položka č. 17. byla zpracovávána jak z hlediska četností odpovědí členů konkrétních klubů, tak následně dle četností odpovědí respondentů členěných podle pohlaví, viz Tab. 25. a Obr. 52. a 53. Z celkového počtu dotázaných si relativně málo (17 %) myslí, že jsou kluby určitě dostatečně podporovány institucemi (úřady apod.), nejvíce, tj. 46 % respondentů uvedlo, že KS spíše jsou podporovány okolím, 26 % se domnívá, že KS spíše nejsou a konečně 11 % je přesvědčeno, že kluby seniorů určitě nejsou dostatečně podporovány okolím.



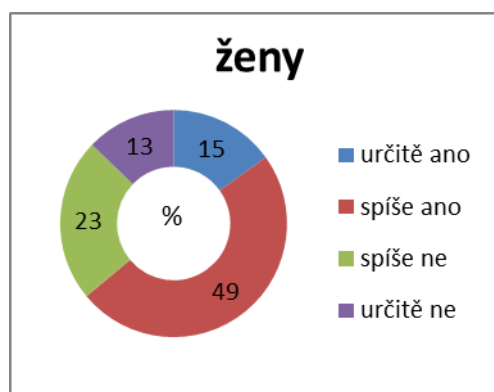
**Obr. 51.** Názory respondentů k podpoře KS okolím, členěno dle klubů.

Podpora klubů okolím	šetření - podpora klubů okolím					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
určitě ano	4	28	13	15	17	17
spíše ano	4	29	42	49	46	46
spíše ne	6	43	20	23	26	26
určitě ne	0	0	11	13	11	11
<b>celkem</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>86</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 25.** Podpora KS okolím dle názorů respondentů – členěno dle pohlaví.



**Obr. 52.** Podpora KS vyjádřená v % z pohledu mužů.



**Obr. 53.** Podpora KS vyjádřená v % z pohledu žen.

Názory respondentů na podporu klubů seniorů okolím se různí. Zajímavé je, že téměř polovina žen (49 %) se domnívá, že kluby jsou spíše podporovány a téměř stejná část mužů (43 %) si myslí, že kluby seniorů spíše nejsou podporovány okolím. Pokud by tato otázka měla být analyzována komplexně, je nutno vycházet z celkového počtu respondentů Obr. 50. a popisu výše.

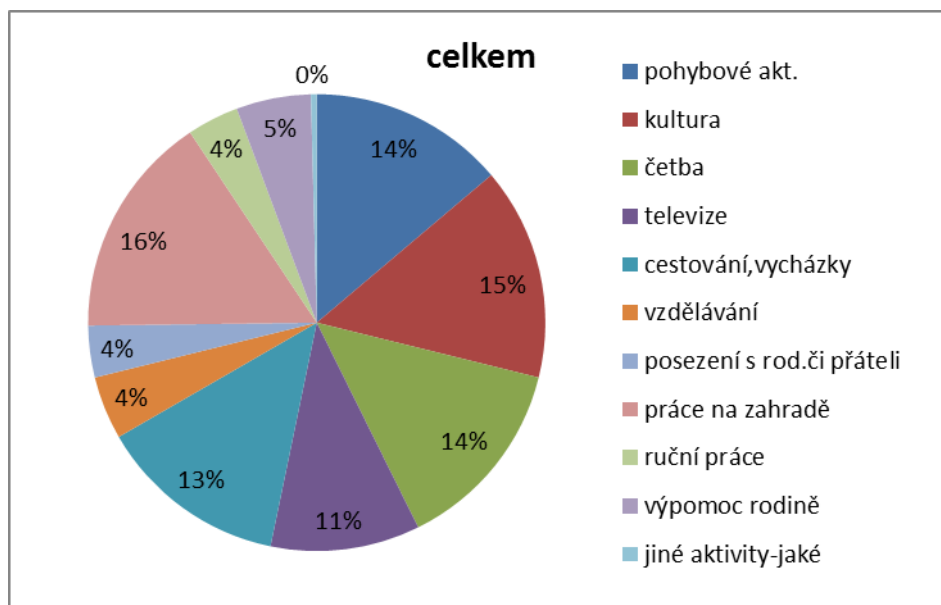
### 6.1.5 Aktivity seniorů preferované mimo klub seniorů

Položkou č. 18. v dotazníku se zjišťovalo, jakým způsobem senioři nejraději tráví svůj volný čas mimo klub seniorů. Dosud byly zpracovány nejoblíbenější aktivity v rámci klubu a ty budou následně porovnány s nejvíce preferovanými volnočasovými aktivitami seniorů mimo klub (viz. dílčí otázka č. 1., podkapitola 4.1.1). Při tvorbě výběru nabídky volnočasových aktivit mimo KS jsem vycházela z jiných výzkumů, např. z Kuchařové, Rabušice, Ehrenbergerové (2002). V Příloze P IV je umístěn graf porovnávající nejoblíbenější aktivity seniorů mimo KS, členěný dle pohlaví respondentů.

Respondenti měli opět možnost zvolit max. 3 odpovědi z vybrané nabídky (většina z nich toho využila a zvolila více aktivit), příp. mohli vypsát jinou chybějící aktivitu.

nejoblíbenější VČ aktivity mimo KS	šetření - oblíbené aktivity mimo KS					
	muži		ženy		odpovědi celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
pohybové aktivity	5	21	29	13	34	14
kultura (kino, divadlo)	1	4	36	16	37	15
četba	2	8	32	14	34	14
televize	1	4	25	11	26	11
cestování, vycházky	3	13	30	14	33	13
vzdělávání	0	0	11	5	11	4
posezení s rodinou, přáteli	1	4	8	4	9	4
práce na zahradě	8	33	31	14	39	16
ruční práce	0	0	9	4	9	4
výpomoc rodině	3	13	10	5	13	5
jiné aktivity	0	0	1	0	1	0
<b>celkem</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>222</b>	<b>100</b>	<b>246</b>	<b>100</b>

**Tab. 26.** Volnočasové aktivity, které seniori preferují mimo svůj KS.



**Obr. 54.** Nejoblíbenější VA seniorů celkem mimo klub seniorů v %.

Z výzkumu vyplynulo, že nejoblíbenější aktivitou seniorů mimo KS je práce na zahradě (16 %), jako další oblíbenou činnost ve VČ uvedlo 15 % respondentů kulturu a na třetím místě se shodně se 14 % hlasů, umístily pohybové aktivity a četba. Porovnáme-li výsledky s aktivitami v rámci klubu, zde zvítězila výuka jazyků (22%), následovaná zájezdy (21%) a třetí místo (14%) obsadily shodně pohybové aktivity a přednášky. Zjistíme tedy, že

aktivity v rámci klubu a mimo něj se zásadně liší, což je logický důvod seniorů ke vstupu a členství v klubech seniorů.

## 6.2 Srovnání výsledků výzkumu a výzkumných předpokladů

*PI) Dle prvního stanoveného předpokladu byly hlavním důvodem vstupu do KS u žen v nadpoloviční většině (vyjádřeno v %) nabízené aktivity, a v méně než 50 % přátelé navštěvující tento klub. Hlavním důvodem vstupu do KS u mužů to byli v nadpoloviční většině přátelé navštěvující tento klub a v méně než 50 % nabízené aktivity.*

Pro připomenutí uvádím, že hlavním důvodem pro členství v KS, bereme-li v úvahu respondenty jako celek, byly ve 44 % nabízené aktivity, 28 % respondentů uvedlo, že důvodem ke členství jsou přátelé navštěvující daný klub, pro 13 % je důvodem to, že chtějí poznat nové lidi, 9 % vyhovuje dostupnost klubu, 1% vyhovuje prostředí klubu, 3 % jako důvod uvedli, že jsou neradi sami a 2 % mají pro vstup jiné důvody (zde se jednalo ve dvou případech o výuku němčiny, takže by se dalo říci, že důvodem jsou taktéž nabízené aktivity). Pro účely vyhodnocení výzkumného předpokladu jsem respondenty rozdělila dle pohlaví. Analýzou bylo zjištěno, že u žen jsou nabízené aktivity hlavním důvodem vstupu do KS ve 42 % (tedy v méně než 50 %) a přátelé navštěvující klub jsou důvodem ve 29 %. Výzkumný předpoklad se u žen, co se týká hlavního důvodu vstupu do KS nepotvrdil. Potvrdilo se pouze, že přátelé jsou důvodem vstupu pro méně než 50 % žen. Co se týče analýzy hlavního důvodu vstupu do KS u mužů, tak bylo zjištěno, že skutečnost, že navštěvují daný klub kvůli přátelům, uvádí jako hlavní důvod pouze 22 % (tedy méně než 50 %) a nabízené aktivity jsou hlavním důvodem pro vstup do klubu pro 57 % (tedy více než 50 %) respondentů. U mužů se výzkumný předpoklad nepotvrdil.

Důvody ke členství	štetření - důvody ke vstupu do KS					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
chci poznat nové lidi	1	7	12	14	13	13
moji přátelé navštěvují tento klub	3	22	25	29	28	28
vyhovují mi aktivity	8	57	36	42	44	44
vyhovuje mi dostupnost	2	14	7	8	9	9
vyhovuje mi prostředí klubu	0	0	1	1	1	1
nerad jsem sám	0	0	3	4	3	3
jiné	0	0	2	2	2	2
<b>celkem</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>86</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 27.** Důvody pro vstup do klubu seniorů.



*P2) Druhý výzkumný předpoklad zněl následovně: Předpokládáme, že ženy v rámci klubů seniorů více preferují vzdělávací aktivity (výuka jazyků) a muži dávají přednost aktivitám pohybovým. Nejoblíbenější aktivita je pro každé pohlaví zároveň i aktivitou, již by uvítalo častěji.*

Pro připomenutí opět uvádím výsledky analýzy, jež se týkala respondentů jako celku. Nejoblíbenější aktivitou byla vyhodnocena výuka jazyků s 22 % hlasy, následovaná zájezdy s 21 % a o třetí příčku se dělily se 14 % hlasů přednášky a pohybové aktivity.

Aby bylo možno zjistit, jaké aktivity preferují ženy a jaké muži a následně, které aktivity nejvíce postrádají, bylo nutné respondenty opět rozdělit dle pohlaví.

Nabídka aktivit	šetření - nejoblíbenější aktivity v rámci KS (max 3 odpovědi)					
	muži		ženy		odpovědi celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
výuka jazyků	5	26	41	21	46	21
sportovní aktivity	7	37	24	12	31	14
přednášky	1	5	30	15	31	14
receptáře	0	0	14	7	14	7
zájezdy, vycházky	3	16	42	22	45	21
návštěva kultury	2	11	23	12	25	12
ruční práce	1	5	16	8	17	8
dobročinné aktivity	0	0	1	1	1	1
jiné aktivity	0	0	4	2	4	2
<b>celkem</b>	<b>19</b>	<b>100</b>	<b>195</b>	<b>100</b>	<b>214</b>	<b>100</b>

**Tab. 28.** Nejoblíbenější aktivity v rámci KS členěné dle pohlaví respondentů.

Nabídka aktivit	šetření - aktivity, které byste uvítali častěji v rámci KS					
	muži		ženy		odpovědi celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
výuka jazyků	4	22	21	14	25	15
sportovní aktivity	6	33	21	14	27	16
přednášky	1	6	19	13	20	12
receptáře	1	6	7	5	8	5
zájezdy, vycházky	5	28	42	28	47	28
návštěva kultury	1	5	20	13	21	13
ruční práce	0	0	13	9	13	8
dobročinné aktivity	0	0	1	1	1	1
jiné aktivity	0	0	4	3	4	2
<b>celkem</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>148</b>	<b>100</b>	<b>166</b>	<b>100</b>

**Tab. 29.** Aktivity, které by respondenti uvítali častěji v rámci KS členěné dle pohlaví.

Nejoblíbenější aktivitou žen v rámci klubů seniorů jsou zájezdy s 22 % hlasů, vzdělávací aktivity měly těsných 21 % hlasů. Aktivitou, kterou by ženy uvítaly častěji, jsou ve (28 %)

zájezdy. Výzkumný předpoklad se tedy v tomto případě u žen se nepotvrdil. Přestože nejoblíbenější aktivita je zároveň i aktivitou nejvíce postrádanou, v případě žen jsou touto aktivitou zájezdy, a nikoliv předpokládané vzdělávací aktivity.

U mužů jsou sportovní aktivity skutečně nejoblíbenější aktivitou s 37 % hlasů. Jako aktivitu, kterou by muži uvítali častěji, zvolilo 33 % respondentů sportovní aktivity.

U mužů se výzkumný předpoklad potvrdil, protože předpokládané nejoblíbenější pohybové aktivity jsou zároveň i aktivitami, jež by muži-respondenti uvítali častěji.

*P3) Dle třetího výzkumného předpokladu 100 % žen a mužů, kteří jsou velmi spokojeni se stávající nabídkou aktivit svého KS, nevyhledává členství v jiném klubu seniorů.*

V důsledku vyhodnocení tohoto výzkumného předpokladu byli respondenti opět členěni dle pohlaví. Spokojeni s nabídkou VA byli všichni respondenti, z toho velmi spokojeno bylo 57 % mužů a 76 % žen a spíše spokojeno bylo 43 % mužů a 24 % žen (Tab. 30.). Z předešlého zpracování položky č. 9. dotazníku, již víme, že 18 % respondentů celkem, je zároveň členy ještě jiného, než svého stávajícího KS, jedná se o 20 % žen a 7 % mužů (Tab. 31.). Z celkového počtu (17) žen, které jsou členkami dalšího KS, bylo velmi spokojených ve stávajícím klubu 76 % (Tab. 32.). Co se týká mužů, je pouze 1 muž z celkového počtu respondentů členem ještě jiného KS a tentýž muž uvedl, že je velmi spokojen s nabídkou aktivit svého stávajícího KS (100 %) viz Tab. 31. a 32.

Z poslední Tab. 33. vyplývá, že z celkového počtu respondentů, kteří jsou velmi spokojeni se stávající nabídkou svého klubu, je 20 % žen a 13 % mužů, zároveň členy ještě jiného klubu seniorů. Výzkumný předpoklad tudíž nebyl potvrzen, protože i když byli respondenti velmi spokojeni s nabídkou svého stávajícího KS, přesto byli zároveň členy ještě v jiném klubu seniorů.

Spokojenost s nabídkou	šetření - spokojenost s nabídkou aktivit					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
jsem velmi spokojen	8	57	65	76	73	73
jsem spíše spokojen	6	43	21	24	27	27
jsem spíše nespokojen	0	0	0	0	0	0
jsem velmi nespokojen	0	0	0	0	0	0
<b>celkem</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>86</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 30.** Spokojenost se stávající nabídkou aktivit v KS dle pohlaví.

Jste členem ještě jiného KS	šetření - členství v jiném klubu z celkového počtu					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
ano	1	7	17	20	18	18
ne	13	93	69	80	82	82
<b>celkem</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>86</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Tab. 31.** Členství v jiném KS z celkového počtu respondentů, dle pohlaví.

míra spokojenosti ve stávajícím KS	šetření - respondenti, jež jsou členy ještě jiného KS					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
velmi spokojen	1	100	13	76	14	78
spíše spokojen	0	0	4	24	4	22
<b>celkem</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

**Tab. 32.** Míra spokojenosti ve stávajícím KS u respondentů-členů dalšího KS.

Jste členem ještě jiného KS	šetření - členství v jiném klubu u velmi spokojených					
	muži		ženy		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
ano	1	13	13	20	14	19
ne	7	87	52	80	59	81
<b>celkem</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>65</b>	<b>100</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

**Tab. 33.** Členství v jiném KS u velmi spokojených respondentů.

### 6.3 Interpretace a shrnutí výsledků

Účelem a cílem tohoto výzkumu bylo dotazníkovou formou zmapovat volnočasové aktivity seniorů v rámci dvou klubů seniorů ve Zlíně. Postupně byly v praktické části bakalářské práce zpracovány všechny položky dotazníku, které byly koncipovány tak, aby z jejich analýzy vyplynulo, jaké důvody seniory vedou k volbě konkrétního klubu seniorů, jakožto formy trávení volného času. Důležité bylo srovnání odpovědí mezi proměnnými, což v tomto případě bylo srovnání dat při dělení podle pohlaví a podle daných klubů seniorů. Zajímavá dle mého názoru byla celková charakteristika respondentů, která zjišťovala fakta týkající se věku, vzdělání, rodinného stavu nebo místa bydliště. Byly zodpovězeny dílčí otázky položené v podkapitole 4.1.1 a potvrzeny či vyvráceny stanovené výzkumné předpoklady. Celkově bylo zpracováno 100 anonymních dotazníků vlastního sestavení, přičemž respondenty bylo 86 žen a 14 mužů.

Po analýze všech položek dotazníku je možno provést celkové vyhodnocení, ve kterém se stručně vrátím ke každé otázce v dotazníku a uvedu shrnutí poznatků.

### ***Věk respondentů***

Nejvíce (29 %) zastoupenými věkovými kategoriemi u mužů i žen v rámci zkoumaných klubů seniorů byly shodně věkové kategorie 60-64 let a 65-69 let. Průměrný věk žen - členek byl 68,97 let resp. 69 let a průměrný věk mužů - členů byl 70,14 let resp. 70 let.

### ***Vzdělání respondentů***

Respondenti se etablovali ze všech stupňů vzdělání. Nejvíce respondentů (33 %) má úplné střední vzdělání s maturitou (ostatní školy mimo gymnázia), 24 % má střední vzdělání včetně vyučení bez maturity, 18 % má úplné střední vzdělání s maturitou (gymnázium), 15 % respondentů je vysokoškolsky vzdělaných a 10 % má základní vzdělání. Všechny stupně vzdělání byly v obou klubech srovnatelné, pouze u nejvyššího stupně vzdělání bylo v KS Podhoří 22 % vysokoškoláků a v KS U Majáku 7 % .

### ***Rodinný stav respondentů***

Nejpočetněji (51%) byly jako členové klubů seniorů zastoupeny sezdané osoby, hodnoty jsou v obou KS srovnatelné. Následují je vdovy/vdovci - 20 osob v KS Podhoří a 9 osob v KS U Majáku, celkem tedy 29 % respondentů. 15 % z celkového počtu respondentů je rozvedených, 4 % jsou svobodní a 1 % žije s druhem (hodnoty jsou v obou KS podobné).

### ***Bydliště respondentů***

Drtivá většina respondentů (95 %) žije ve Zlíně, 5 % žije v jiné obci. Všechny osoby, které žijí mimo Zlín, jsou ženy - členky KS Podhoří.

### ***Délka členství v klubu seniorů***

Tato otázka je pouze informativní, neboť v tomto případě nelze objektivně srovnávat délku členství v daných klubech, protože KS Podhoří existuje 20 let a KS U Majáku pouze 3 roky. Přesto nejvíce respondentů (57 %) z celkového počtu navštěvuje svůj KS 1 a více roků, z toho 67 % na Podhoří a 44 % U Majáku. Od jeho založení navštěvuje KS 34 % respondentů, z toho 20 % na Podhoří a 51 % U Majáku. 9 % z celkového počtu respondentů navštěvuje KS méně než 1 rok, z toho 13 % na Podhoří a 5 % U Majáku.

### ***Důvody pro členství v konkrétním KS***

Na Podhoří byly hlavním důvodem členství v klubu nabízené aktivity pro 53 % respondentů. U Majáku byli hlavním důvodem seniorů pro členství v klubu přátelé navštěvující tento

klub (42 %). Mám-li analyzovat data z hlediska pohlaví, hlavním důvodem pro členství v klubu seniorů byly pro ženy (42 %) i pro muže (57 %) shodně nabízené aktivity.

### ***Jak se senioři nejčastěji dozvídají o nabízených aktivitách svých KS***

Výzkum ukázal, že nejvíce respondentů (49 %) získává informace z nástěnek v blízkosti klubů, poměr tvoří 45 % žen a 72 % mužů. Celkem 19 % respondentů se o aktivitách dozvídá z magazínu města Zlína, z toho 19 % žen a 21 % mužů. 17 % respondentů z celkového počtu získává informace od jiných členů (19 % žen a 7 % mužů). 12 % respondentů se o aktivitách dozvídá od předsedy svého klubu, jedná se pouze o ženy ve 14 %. Celkem 3 % mají informace odjinud (nespecifikováno), jedná se vesměs o ženy.

### ***Jak často senioři využívají nabízené aktivity svého KS***

Převážná většina respondentů (93 %) využívá nabízené aktivity svého klubu 1-4x týdně, jednalo se o 92 % žen a 100% mužů. Celkem 3% využívají aktivity 1x za měsíc a 4 % respondentů využívají pouze velké klubové akce.

### ***Spokojenost s nabídkou volnočasových aktivit svého KS***

S nabídkou svého klubu je velmi spokojeno celkem 73 % respondentů, z toho 57 % mužů a 76 % žen. Spíše spokojeno je 27 % z celkového počtu respondentů, z toho 43 % mužů a 24 % žen. Žádný z respondentů v obou klubech neuvedl nespokojenost.

### ***Nejoblíbenější aktivity v rámci KS***

Nejoblíbenější aktivitou, bereme-li respondenty celkem byla s 22 % hlasů výuka jazyků. V KS Podhoří zvítězila výuka jazyků s 24 % hlasů a nejoblíbenější aktivitou v KS U Majáku byly pohybové aktivity s 23 % hlasů. Co se týče pohlaví, tak u žen vedly ve 22 % zájezdy a u mužů to byly jednoznačně s 37 % pohybové aktivity.

### ***Vyhovuje seniorům časový harmonogram nabízených aktivit***

Z celkového počtu respondentů uvedlo 59 %, že jim harmonogram vyhovuje velmi a 41 % uvedlo, že jim spíše vyhovuje. Porovnááme-li kluby seniorů, tak v KS Podhoří uvedlo 42 % a v KS U Majáku uvedlo 80 % respondentů, že jim vyhovuje harmonogram velmi. Spíše vyhovuje harmonogram 58 % osob na Podhoří a 20 % U Majáku.

### ***Aktivity, které by senioři uvítali častěji***

Při posuzování respondentů jako celku byly aktivitou, jež by senioři uvítali častěji, jednoznačně zájezdy, které zvolilo plných 28 % osob. Tato odpověď byla nejvíce volena v obou KS, z toho na Podhoří ji volilo 27 % respondentů a U Majáku 31 % respondentů. Pokud

rozdělíme respondenty celkem dle pohlaví, pak ženy by nejčastěji uvítaly zájezdy (28 %) a muži pohybové aktivity (33 %).

#### ***Aktivity, které senioři nejvíce postrádají***

Většina (36 %) respondentů uvedla, že jim žádná aktivita v klubu nechybí, v KS Podhoří toto udalo 32 % a U Majáku 41 %. Nejvíce postrádanou aktivitou v případě, že posuzujeme respondenty jako celek jsou vzdělávací akce, které zvolilo (23 %) osob, zároveň jsou vzdělávací akce nejvíce postrádanou aktivitou v obou klubech seniorů, na Podhoří ve 24 % a U Majáku ve 23 %. Ženy nejvíce postrádají v rámci KS vzdělávací akce (25 %) a mužům nejvíce chybí shodně se 13 % hlasů vzdělávací a taneční akce.

#### ***Mohou senioři při VA uplatnit své názory a náměty***

59 % z celkového počtu respondentů je přesvědčeno, že určitě může uplatnit své názory, z toho 55 % na Podhoří a 65 % U Majáku. Celkem 40 % respondentů se domnívá, že spíše mohou uplatnit své názory, z toho 45 % na Podhoří a 33 % U Majáku. 1 % si myslí, že spíše nemůže dát najevo svůj názor z důvodu nevhodnosti, jedná se o 1 respondentku z KS U Majáku.

#### ***Jak se respondenti staví k seniorskému vzdělávání***

Z celkového počtu respondentů se 51 % domnívá, že je vzdělání velmi důležité. To si myslí 67 % členů na Podhoří a 31 % členů U Majáku. Podle 34 % respondentů je vzdělání spíše důležité, myslí si to 24 % respondentů na Podhoří a 47 % U Majáku. Celkem 13 % respondentů odpovědělo, že neví, zda je seniorské vzdělávání důležité, z toho 9 % na Podhoří a 18 % U Majáku. 2 % z celkového počtu si myslí, že seniorské vzdělávání je spíše nedůležité - v tomto případě hlasovali pouze respondenti U Majáku (4%). Nikdo z celkového počtu respondentů neuvedl, že seniorské vzdělávání je nedůležité.

#### ***Podporuje rodina seniora v jeho volnočasových aktivitách v rámci KS***

92 % z celkového počtu respondentů uvedlo, že rodina podporuje jejich aktivity v rámci klubů seniorů z toho 92 % žen a 93 % mužů. Celkem 5 % respondentů, z toho 5 % žen a 7 % mužů je přesvědčeno, že rodina neschvaluje jejich aktivity v rámci klubů a 3 % respondentů žádnou rodinu nemají, jedná se o 3 % žen.

#### ***Spokojenost seniorů s prostory svého KS***

Velmi spokojeno s prostory svého klubu je 61 % respondentů, jedná se o 52 % členů na Podhoří a 71 % členů U Majáku. Z celkového počtu je 35 % osob spíše spokojeno, z toho

42 % na Podhoří a 27 % U Majáku. Spíše nespokojeny jsou celkem 4 % respondentů. Na Podhoří jako důvod nespokojenosti s prostory svého klubu uvedli shodně 2 % chladno, špatné topení a bez udání důvodu. V KS U Majáku uvedla 2 % respondentů, že jsou spíše nespokojeni, protože klub připomíná tělocvičnu.

#### ***Výše členských poplatků dle názorů respondentů***

Převážná většina respondentů (80 %) považuje výši členských poplatků za přiměřenou, jedná se o 86 % mužů a 79 % žen. Celkem 11 % členů se domnívá, že jsou poplatky spíše nízké, jde o 14 % mužů a 11 % žen. 6 % respondentů z celkového počtu si myslí, že jsou poplatky velmi nízké, jde o 7 % žen. Celkem 2 % respondentů uvedla, že jsou členské poplatky spíše vysoké (jde o 2 % žen) a celkem 1 % žen se zdají poplatky dokonce velmi vysoké.

#### ***Názory respondentů na ovlivnění členstvím v klubu seniorů***

Větší část (88 %) respondentů je přesvědčena, že je členství v klubu seniorů ovlivnilo pozitivně, cítí se díky tomu spokojenější, jedná se o 90 % žen a 79 % mužů. Z celkového počtu respondentů jich 12 % uvedlo, že je členství nijak neovlivnilo, jedná se o 10 % žen a 21 % mužů. Nikdo z respondentů neuvedl, že by ho členství v klubu seniorů ovlivnilo negativně.

#### ***Členství ještě v jiném klubu seniorů mimo stávajícího KS***

V této otázce odpovědělo 82 % respondentů, že nenavštěvuje žádný jiný klub seniorů, než svůj stávající, jedná se o 69 % členů na Podhoří a 98 % členů U Majáku. 18 % respondentů z celkového počtu uvedlo, že navštěvuje ještě jiný KS. Z tohoto počtu je nejvíce navštěvovaným klubem (56 %) KS Kvítková, zejména z důvodu pořádání hudebních a tanečních akcí, které v obou sledovaných klubech seniorům scházely. Dalšími navštěvovanými KS jsou shodně s 11 % KS učitelů, KS Kudlov a KS SPCCH, 6% osob navštěvuje mimo stávající KS Podhoří ještě KS Maják a 5 % je členem KS Velíková. V případě, že budeme dělit respondenty dle pohlaví, tak členem ještě jiného klubu seniorů je celkem 7% mužů a 20 % žen.

#### ***Názory seniorů na podporu klubů seniorů okolím (institucemi, úřady apod.)***

Z celkového počtu dotázaných si 17 % myslí, že jsou kluby určitě dostatečně podporovány institucemi (úřady apod.), z toho 18 % z KS Podhoří a 15 % z KS U Majáku. Celkem 46 % respondentů uvedlo, že KS spíše jsou podporovány okolím (Podhoří 40 %, U Majáku

53 %). 26 % z celkového počtu se domnívá, že kluby spíše nejsou podporovány okolím, jedná se o 35 % seniorů z Podhoří a 16 % z Majáku a celkem 11 % osob je přesvědčeno, že kluby seniorů určitě nejsou dostatečně podporovány okolím, jde o 7 % členů z Podhoří a 16 % členů z Majáku.

### ***Nejoblíbenější aktivity seniorů mimo KS***

Z výzkumu vyplynulo, že nejoblíbenější aktivitou seniorů mimo KS při analýze celkového počtu respondentů je práce na zahradě (16 %). Jako další oblíbenou činnost ve VČ uvedlo 15 % respondentů kulturu a na třetím místě se shodně se 14 % hlasů umístily pohybové aktivity a četba. V případě dělení dle pohlaví, ženy preferují v 16 % kulturu a muži upřednostňují překvapivě ve 33 % práci na zahradě.

**Celkové shrnutí položek dotazníku je z velké části graficky vyjádřeno v rámci Přílohy P IV.**

#### **6.3.1 Aplikační rozměr**

Výsledky výzkumu ráda poskytnu výše jmenovaným klubům seniorů ve Zlíně, pokud o ně projeví zájem. Poznatky vyplývající z výzkumu mohou kluby seniorů využít ke změně nebo obohacení nabídky poskytovaných volnočasových aktivit pro své členy. Rovněž by poznatky mohly být poskytnuty Magistrátu města Zlína resp. Odboru sociálních věcí, který rozhoduje o výši poskytnutých finančních prostředků, jež členové klubů využívají na částečné pokrytí nákladů spojených s provozem klubů, příp. jako příspěvky na různé akce. Výsledky výzkumu by mohly pomoci klubům např. z důvodů enormního zájmu seniorů o volnočasové aktivity, zvyšujícího se počtu členů v jednotlivých klubech a tím pádem nedostatečné kapacity či nevyhovujících prostor, navýšit tyto finanční prostředky. Poznatky z výzkumu by mohly magistrátu rovněž posloužit jako apel ke zvýšení informovanosti veřejnosti o nabídce volnočasových aktivit pro seniory ve městě Zlíně.



## ZÁVĚR

Na starší generaci je nahlíženo spíše negativně, médii jsou senioři označováni takřka za sociální pohromu, a to zákonitě vede k napětí mezi generacemi. V důsledku této nevraživosti dochází ve společnosti k debatám týkajícím se sociálních zájmů tří hlavních věkových skupin, kterými jsou děti a mladí, ekonomicky aktivní občané a senioři. Doufala jsem, že nahlédnu-li do života seniorů z trochu jiného úhlu, než toho, který je veřejně prezentován a z nějž senioři vycházejí jako politováníhodní jedinci, podaří se mi tuto nelichotivou představu o nich rozbít.

Výzkum jsem realizovala ve dvou zlínských klubech seniorů, přičemž hlavním cílem mé práce bylo zmapovat volnočasové aktivity seniorů, hledala jsem důvody seniorů pro vstup a členství v konkrétním klubu a snažila se zachytit názory a postoje respondentů k organizovaným volnočasovým aktivitám v rámci těchto klubů seniorů. Domnívám se, že stanovené cíle praktické části bakalářské práce byly splněny.

Aktivizační činnosti v rámci KS obsahují širokou a pestrou škálu nabízených aktivit, z níž si každý senior může vybrat právě tu, která je mu nejbližší. Z provedeného výzkumu vyplynulo, že nabídka aktivit je hlavním důvodem seniorů pro členství v konkrétním klubu. Kluby seniorů ve Zlíně jsou hojně navštěvované a jejich počet v důsledku přibývání starší populace a velkého zájmu neustále roste. Během realizace výzkumu jsem měla možnost se přesvědčit o tom, jak jsou senioři, kteří zmiňované kluby navštěvují, nesmírně vitální, a s jakou obrovskou chutí vstupují nových zážitků, spřádají plány do budoucna a v žádném případě je nelze častovat termínem „na obtíž, či politováníhodní“. Mohu pouze konstatovat, že budu velmi ráda vzpomínat na chvíle, které jsem měla možnost strávit v jejich příjemné společnosti, zaposlouchat se do poutavého vyprávění o „starém Zlíně“ či shlédnout kroniky, v nichž jsou pečlivě zachyceny vzpomínky na počátky i průběh klubů seniorů.

Jistě nebude jednoduché dostat konceptu mezigenerační solidarity, ale je nutné udělat opatření, která by měla být chápána jako akt kompromisu a tím zajistit kvalitní fungování moderní společnosti.

Dle mého názoru bychom se měli pokusit překonat předsudky a pochopit generaci našich seniorů, čerpat něco z jejich moudrosti a podporovat je v zapojení do jejich aktivit, včetně těch volnočasových, protože my všichni jednou zestárneme a totéž budeme vyžadovat od našich dětí.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- GREGOR, Ota. *Stárnout je kumšt.* Praha: Olympia, 1983. ISBN 27-005-83.
- HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas.* Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
- CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu. Základy kvantitativního výzkumu.* Praha: Grada Publishing, a.s., 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.
- KOZÁKOVÁ, Zdeňka a Oldřich MÜLLER. O. *Aktivizační přístupy k osobám seniorského věku.* Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1552-6.
- KRAUS, Blahoslav. *Člověk – prostředí – výchova.* Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-02.
- KUBEŠOVÁ, Lucie. *Zdraví pro třetí věk.* Dobřejovice: Rebo Production CZ, 2006. ISBN 80-7234-536-2.
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie 2.,* aktualizované vydání. Praha: Grada Publishing a.s., 2006. ISBN 80-247-1284-9.
- MUSIL, Jiří V. *Vývojová psychologie I, učební texty vysokých škol.* Zlín: Univerzita Tomáše Bati, 2006. ISBN 80-7318-361-7.
- NĚMEC, Jiří a kol. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času.* Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.
- PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří.* Praha: Avicentrum, zdravotnické nakladatelství, n.p., 1990. ISBN 80-201-0076-8.
- PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času.* 3. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.
- PELIKÁN, Jiří. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů.* Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-7184-569-0.
- PICHAUD, Clément a Isabelle THAREAUOVÁ. *Soužití se staršími lidmi..* Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-184-3.
- PRŮCHA, Jan. Česká andragogika na vzestupu. *Pedagogická orientace.* 2010, roč. 20, č. 4, s.10. ISSN 1211-4669.

RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1995. ISBN 8021011556.

RABUŠIC, Ladislav a Jana HAMANOVÁ. *Hodnoty a postoje v ČR 1991-2008*, (pramenová publikace European Values Study). Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-2104-952-9.

SPOUSTA, Vladimír. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1996. ISBN 80-210-1274-9.

SPOUSTA, Vladimír. et. al. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*, Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1994. ISBN 80-210-1007-X.

ŠERÁK, Michal. *Zájemové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-551-6.

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

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

TVAROH, František. *Všichni stárneme*. 2. vyd. Praha: Avicentrum, zdravotnické nakladatelství, 1983. ISBN 08-010-83.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie, Dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-308-0.

VÁŽANSKÝ, Mojmir. *Základy pedagogiky volného času*. 2. vyd. Brno: Typia spol. s.r.o., 2001. ISBN 80-86384-00-4.

VIDOVIČOVÁ, Lucie a Ladislav RABUŠIC. *Senioři a sociální opatření v oblasti stárnutí v pohledu české veřejnosti: zpráva z empirického výzkumu*. VÚPSV Praha: Výzkumné centrum Brno, 2003. ISBN 80-239-1351-4.

VOHRALÍKOVÁ, Lenka a Ladislav RABUŠIC. *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. VÚPSV: Výzkumné centrum Brno, 2004. ISBN 80-239-4218-2.

WOLF, Josef a kol. *Umění žít a stárnout*. Praha: Svoboda, 1982. ISBN 25-124-82.

**Elektronické informační zdroje:**

ČESKO.MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ. MPSV: *Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008-2012 (Kvalita života ve stáří)* [online]. MPSV © 2008, poslední aktualizace 1.8.2008 [cit. 7.10.2011].

Dostupné z: <http://www.mpsv.cz/cs/5045>

ARITMETICKÝ PRŮMĚR-*Encyklopedie.seznam.cz* [online]. Seznam Encyklopedie, © 2009, poslední aktualizace 8.2.2012 [cit. 4.3.2012].

Dostupné z: <http://encyklopedie.seznam.cz/heslo/176664-aritmeticky-prumer>

INSTITUT CELOŽIVOTNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ VUT V BRNĚ. ICV: *Vzdělávání seniorů - Univerzita třetího věku* [online]. © 2000-2011 [cit. 19.10.2011].

Dostupné z: <http://www.lli.vutbr.cz/vzdelavani-senioru>.

KUCHAŘOVÁ, Věra., RABUŠIC, Ladislav a Lucie EHRENBERGEROVÁ. *Život ve stáří, Zpráva o výsledcích empirického šetření* [online]. Praha: VÚPSV, Socioklub, 2002, s.89. ©1998-2011 [cit. 15.10.2011]. Dostupné z: <http://praha.vupsv.cz/Fulltext/zivest.pdf>.

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

ČR	Česká republika.
VČ	Volný čas.
VA	Volnočasové aktivity.
KS	Klub seniorů.
SPCCH	Svaz postižených civilizačními chorobami.

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

Obr. 1. Procentuelní zastoupení respondentů dle pohlaví.....	57
Obr. 2. Zastoupení respondentů dle pohlaví v daných KS.....	57
Obr. 3. Zastoupení respondentů dle věkové kategorie.....	58
Obr. 4. Procentuelní zastoupení respondentů dle věku celkem .....	59
Obr. 5. Procentuelní zastoupení respondentů dle věku – muži.....	59
Obr. 6. Procentuelní zastoupení respondentů dle věku – ženy .....	59
Obr. 7. Zastoupení respondentů dle věku v daných KS.....	60
Obr. 8. Zastoupení respondentů dle stupně vzdělání .....	61
Obr. 9. Procentuelní zastoupení respondentů dle stupně vzdělání.....	61
Obr. 10. Členění respondentů dle nejvyššího dosaženého vzdělání v rámci KS.....	62
Obr. 11. Zastoupení respondentů v % dle rodinného stavu .....	63
Obr. 12. Zastoupení respondentů dle rodinného stavu v KS .....	63
Obr. 13. Procentuelní zastoupení respondentů dle bydliště.....	64
Obr. 14. Členění respondentů dle bydliště z hlediska pohlaví.....	64
Obr. 15. Zastoupení respondentů dle bydliště v rámci KS .....	64
Obr. 16. Délka členství v daných klubech seniorů .....	65
Obr. 17. Procentuelní vyjádření délky členství v KS celkem .....	65
Obr. 18. Procentuelní vyjádření důvodů ke členství v KS celkem .....	66
Obr. 19. Způsob získání informací ohledně aktivit v KS .....	67
Obr. 20. Získávání informací o nabízených VA v %.....	67
Obr. 21. Frekvence návštěvnosti aktivit organizovaných KS.....	68
Obr. 22. Spokojenost respondentů s nabídkou VA dle pohlaví.....	69
Obr. 23. Spokojenost respondentů s nabídkou VA v %. .....	69
Obr. 24. Nejoblíbenější aktivity seniorů v rámci KS.....	70
Obr. 25. Nejoblíbenější aktivity v rámci KS z hlediska pohlaví .....	71
Obr. 26. Nejoblíbenější VA v % v rámci KS Podhoří.....	71
Obr. 27. Nejoblíbenější VA v % v rámci KS U Majáku.....	71
Obr. 28. Nejoblíbenější VA v % v celkem .....	72
Obr. 29. Aktivity, které by respondenti v rámci KS uvítali častěji.....	73
Obr. 30. Aktivity, které by respondenti uvítali častěji dle pohlaví .....	73
Obr. 31. Vyjádření respondentů - častěji uvítané VA v % celkem.....	74

Obr. 32. Vyjádření respondentů- častěji uvítané VA v % Podhoří.....	74
Obr. 33. Vyjádření respondentů- častěji uvítané VA v % Maják .....	74
Obr. 34. Aktivity, které respondenti postrádají vyjádření v % .....	75
Obr. 35. Postrádané aktivity z hlediska pohlaví .....	76
Obr. 36. Respondenti, kteří jsou členy jiného KS vyjádřeno v % .....	76
Obr. 37. Členství v jiných klubech – jakých, ano/ne .....	77
Obr. 38. Procentuelní vyjádření členství v jiných KS.....	77
Obr. 39. Možnost uplatnit své názory a tvůrčí náměty vyjádřená v % .....	78
Obr. 40. Postoje respondentů k seniorskému vzdělání dle pohlaví .....	79
Obr. 41. Vyjádření postojů k důležitosti seniorského vzdělávání v % .....	79
Obr. 42. Podpora rodiny seniora ve VA v rámci KS – vyjádření v % .....	80
Obr. 43. Vyjádření respondentů k prostorám klubů seniorů v % .....	81
Obr. 44. Vyjádření respondentů k prostorám klubů seniorů dle KS.....	82
Obr. 45. Procentuelní vyjádření respondentů k výši čl. poplatků .....	82
Obr. 46. Názory respondentů k výši čl. poplatků dle pohlaví.....	83
Obr. 47. Názory respondentů na ovlivnění členstvím v KS v % .....	84
Obr. 48. Ovlivnění členstvím vyjádřeno v % muži .....	84
Obr. 49. Ovlivnění členstvím vyjádřeno v % ženy .....	84
Obr. 50. Názory respondentů celkem k podpoře KS okolím vyjádřené v % .....	85
Obr. 51. Názory respondentů k podpoře KS okolím, členěno dle klubů .....	85
Obr. 52. Podpora KS vyjádřená v % z pohledu mužů .....	86
Obr. 53. Podpora KS vyjádřená v % z pohledu žen.....	86
Obr. 54. Nejoblíbenější VA seniorů celkem mimo klub seniorů v % .....	87

**SEZNAM TABULEK**

Tab. 1. Vybrané formy pomoci seniorů rodinám jejich dětí (v %).....	37
Tab. 2. Zastoupení respondentů podle pohlaví v daných KS.....	57
Tab. 3. Zastoupení respondentů dle věkové kategorie.....	58
Tab. 4. Průměrný věk respondentů – ženy.....	60
Tab. 5. Průměrný věk respondentů – muži.....	60
Tab. 6. Členění respondentů dle nejvyššího dosaženého vzdělání.....	62
Tab. 7. Členění respondentů dle rodinného stavu.....	63
Tab. 8. Zastoupení respondentů dle místa bydliště.....	64
Tab. 9. Délka členství v daných klubech seniorů.....	65
Tab. 10. Důvody vedoucí ke členství v daném klubu seniorů.....	66
Tab. 11. Způsob získávání informací ohledně nabízených aktivit KS.....	67
Tab. 12. Spokojenost respondentů s nabídkou konkrétního (svého) KS.....	68
Tab. 13. Aktivity, které senioři využívají v rámci svého klubu nejraději.....	70
Tab. 14. Vyjádření respondentů k časovému harmonogramu nabízených aktivit.....	72
Tab. 15. Aktivity, které by v rámci KS respondenti uvítali častěji.....	73
Tab. 16. Aktivity, které respondenti ve svých klubech postrádají.....	75
Tab. 17. Podíl respondentů, kteří jsou členy ještě jiného klubu seniorů.....	77
Tab. 18. Možnost uplatnění názorů a tvůrčích námětů při VA v rámci KS.....	78
Tab. 19. Postoje respondentů k seniorskému vzdělávání.....	79
Tab. 20. Úsudky respondentů k tomu, zda rodina podporuje jejich VA v rámci KS.....	80
Tab. 21. Vyjádření respondentů k prostorám jejich klubů.....	81
Tab. 22. Názory respondentů k výši členských poplatků.....	83
Tab. 23. Názory respondentů na to, zda je ovlivnilo členství v KS.....	83
Tab. 24. Podpora KS okolím dle názorů respondentů – členěno dle klubů.....	85
Tab. 25. Podpora KS okolím dle názorů respondentů – členěno dle pohlaví.....	86
Tab. 26. Volnočasové aktivity, které senioři preferují mimo svůj KS.....	87
Tab. 27. Důvody pro vstup do klubu seniorů.....	88
Tab. 28. Nejoblíbenější aktivity v rámci KS členěné dle pohlaví respondentů.....	89
Tab. 29. Aktivity, které by respondenti uvítali častěji v rámci KS členěné dle pohlaví.....	89
Tab. 30. Spokojenost se stávající nabídkou aktivit v KS dle pohlaví.....	90
Tab. 31. Členství v jiném KS z celkového počtu respondentů, dle pohlaví.....	91



Tab. 32. Míra spokojenosti ve stávajícím KS u respondentů-členů dalšího KS.....	91
Tab. 33. Členství v jiném KS u velmi spokojených respondentů .....	91

**SEZNAM PŘÍLOH**

- P I            Dotazník pro klub seniorů na Podhoří
- P II            Dotazník pro klub seniorů U Majáku
- P III            Otázky položené předsedkyním obou klubů
- P IV            Další výsledky výzkumu

## PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK PRO KLUB SENIORŮ NA PODHOŘÍ

Vážená paní, vážený pane,

dovoluji si Vás požádat o vyplnění dotazníku, jehož data budou cenným zdrojem informací k mé bakalářské práci na téma: „**Volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů ve městě Zlíně**“. Dotazník je přísně anonymní a v žádném případě nebude výsledků tohoto výzkumu nijak zneužito. Jedná se vlastní iniciativu, s cílem co nejlépe zachytit názory a postoje Vás, jako členů klubů seniorů k současnému a budoucímu fungování těchto klubů. Velmi Vás prosím o pravdivé a otevřené vyplnění všech otázek, aby se tento výzkum mohl stát důležitým podkladem pro moji práci.

Při vyplňování dotazníku prosím kroužkujte, případně vypište vlastními slovy odpovědi dle znění otázky. **Pokud není uvedeno jinak, kroužkujte pouze 1 odpověď.**

Předem Vám děkuji za ochotu a čas, který jste vyplnění dotazníku věnovali.

Sylva Ševčíková  
studentka 3. ročníku Univerzity T. Bati ve  
Zlíně  
Fakulta humanitních studií, obor Sociální  
pedagogika

### 1. Jak dlouho navštěvujete tento klub seniorů?

- a) méně než 1 rok
- b) 1 a více let
- c) od jeho založení

### 2. Jaké důvody Vás vedly ke členství v tomto klubu seniorů? (zakroužkujte či vypište 1 nejvíce preferovanou odpověď)

- a) chci poznat nové lidi
- b) moji přátelé navštěvují tento klub
- c) vyhovují mi nabízené aktivity
- d) vyhovuje mi dostupnost klubu
- e) vyhovuje mi prostředí klubu (prostory, okolí)
- f) nerad jsem sám/a
- g) jiné .....

### 3. Jak se nejčastěji dozvídáte o nabízených aktivitách tohoto klubu seniorů?

- a) z magazínu města Zlína
- b) z nástěnky umístěné v blízkosti klubu seniorů
- c) od předsedy klubu na schůzce členů
- d) od jiných členů klubu
- e) jinak .....

### 4. Jak často využíváte aktivity organizované tímto klubem seniorů?

- a) denně (mimo víkend)
- b) 1x – 4x týdně

- c) 1x měsíčně
- d) využívám pouze velké klubové akce

**5. Jak jste spokojen/a s nabídkou volnočasových aktivit tohoto klubu seniorů?**

- a) jsem velmi spokojen/a
- b) jsem spíše spokojen/a
- c) jsem spíše nespokojen/a - proč?.....
- d) jsem velmi nespokojen/a - proč?.....

**6. Jaké aktivity poskytované tímto klubem seniorů využíváte nejraději? (zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)**

- a) výuka jazyků
- b) sportovní, pohybové aktivity
- c) přednášky
- d) receptáře
- e) zájezdy, vycházky
- f) návštěvy kulturních akcí (divadlo, kino)
- g) ruční práce
- h) aktivity zaměřené na dobročinnost
- i) jiné - jaké.....

**7. Vyhovuje Vám časový harmonogram nabízených volnočasových aktivit?**

- a) velmi mi vyhovuje
- b) spíše mi vyhovuje
- c) spíše mi nevyhovuje - proč?.....
- d) velmi mi nevyhovuje - proč?.....

**8. Které aktivity v nabídce volnočasových aktivit tohoto klubu byste uvítali častěji? (zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)**

- a) výuka jazyků
- b) sportovní, pohybové aktivity
- c) přednášky
- d) receptáře
- e) zájezdy, vycházky
- f) návštěvy kulturních akcí (divadlo, kino)
- g) ruční práce
- h) aktivity zaměřené na dobročinnost
- i) jiné - jaké.....

**9. Které aktivity v nabídce volnočasových aktivit tohoto klubu postrádáte? (zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)**

- a) hudební akce (koncerty, poslech hudby)
- b) vzdělávací akce
- c) taneční akce
- d) jiné - jaké.....

**10. Můžete při klubových volnočasových aktivitách uplatnit své názory a tvůrčí náměty?**

- a) určitě ano
- b) spíše ano
- c) spíše ne - proč?.....
- d) určitě ne - proč?.....

**11. Jak se stavíte k seniorskému vzdělávání?**

- a) je velmi důležité
- b) je spíše důležité
- c) nevím
- d) je spíše nedůležité.
- e) je nedůležité

**12. Podporuje Vás rodina ve vašich volnočasových aktivitách v rámci klubu seniorů?**

- a) ano, podporuje mne
- b) ne, nepodporuje mne
- c) nemám rodinu

**13. Jste spokojen/a s prostory svého klubu seniorů?**

- a) jsem velmi spokojen/a
- b) jsem spíše spokojen/a
- c) jsem spíše nespokojen/a - proč?.....
- d) jsem velmi nespokojen/a - proč? .....

**14. Členské poplatky jsou podle Vás:**

- a) velmi vysoké
- b) spíše vysoké
- c) přiměřené
- d) spíše nízké
- e) velmi nízké

**15. Ovlivnilo Vás členství v klubu seniorů?**

- a) ano, pozitivně - cítím se spokojenější
- b) ano, negativně - cítím se méně spokojený
- c) nijak mě neovlivnilo

**16. Jste členem ještě jiného klubu seniorů?**

- a) ano, jakého a proč?.....
- b) ne

**17. Domníváte se, že jsou všeobecně kluby seniorů dostatečně podporovány okolím (institucemi, úřady apod.)?**

- a) určitě ano
- b) spíše ano
- c) spíše ne
- d) určitě ne

**18. Jakým způsobem nejraději trávíte svůj volný čas mimo klub seniorů?**

*(zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)*

- a) pohybové aktivity

- b) kultura (kino, divadlo)
- c) četba
- d) televize
- e) cestování, vycházky
- f) vzdělávání
- g) posezení s rodinou či přáteli
- h) práce na zahradě
- i) ruční práce
- j) výpomoc rodinným příslušníkům (hlídání vnoučat, pomoc v domácnosti)
- k) jiné aktivity - jaké.....

**19. Jste:**

- a) žena
- b) muž

**20. Váš věk:**

- a) 60 – 64 let
- b) 65 – 69 let
- c) 70 – 74 let
- d) 75 – 79 let
- e) 80 a více let

**21. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:**

- a) základní
- b) střední včetně vyučení (bez maturity)
- c) úplné střední (s maturitou) - gymnázium
- d) úplné střední (s maturitou) - ostatní
- e) vysokoškolské

**22. Rodinný stav:**

- a) vdaná/ženatý
- b) vdova/vdovec
- c) rozvedená/rozvedený
- d) spolužití s druhem/družkou
- e) svobodná/svobodný

**23. Bydlíte:**

- a) ve Zlíně
- b) v jiné obci

***Děkuji Vám za vyplnění dotazníku a jeho odevzdání***

## PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK PRO KLUB SENIORŮ U MAJÁKU

Vážená paní, vážený pane,

dovoluji si Vás požádat o vyplnění dotazníku, jehož data budou cenným zdrojem informací k mé bakalářské práci na téma: „**Volnočasové aktivity seniorů v rámci klubů seniorů ve městě Zlíně**“. Dotazník je přísně anonymní a v žádném případě nebude výsledků tohoto výzkumu nijak zneužito. Jedná se vlastní iniciativu, s cílem co nejlépe zachytit názory a postoje Vás, jako členů klubů seniorů k současnému a budoucímu fungování těchto klubů. Velmi Vás prosím o pravdivé a otevřené vyplnění všech otázek, aby se tento výzkum mohl stát důležitým podkladem pro moji práci.

Při vyplňování dotazníku prosím kroužkujte, případně vypište vlastními slovy odpovědi dle znění otázky. **Pokud není uvedeno jinak, kroužkujte pouze 1 odpověď.**

Předem Vám děkuji za ochotu a čas, který jste vyplnění dotazníku věnovali.

Sylva Ševčíková  
studentka 3. ročníku Univerzity T. Bati ve  
Zlíně  
Fakulta humanitních studií, obor Sociální  
pedagogika

### 1. Jak dlouho navštěvujete tento klub seniorů?

- a) méně než 1 rok
- b) 1 a více let
- c) od jeho založení

### 2. Jaké důvody Vás vedly ke členství v tomto klubu seniorů? (zakroužkujte či vypište 1 nejvíce preferovanou odpověď)

- a) chci poznat nové lidi
- b) moji přátelé navštěvují tento klub
- c) vyhovují mi nabízené aktivity
- d) vyhovuje mi dostupnost klubu
- e) vyhovuje mi prostředí klubu (prostory, okolí)
- f) nerad jsem sám/a
- g) jiné .....

### 3. Jak se nejčastěji dozvídáte o nabízených aktivitách tohoto klubu seniorů?

- a) z magazínu města Zlína
- b) z nástěnky umístěné v blízkosti klubu seniorů
- c) od předsedy klubu na schůzce členů
- d) od jiných členů klubu
- e) jinak .....

### 4. Jak často využíváte aktivity organizované tímto klubem seniorů?

- a) denně (mimo víkend)
- b) 1x – 4x týdně

- c) 1x měsíčně
- d) využívám pouze velké klubové akce

**5. Jak jste spokojen/a s nabídkou volnočasových aktivit tohoto klubu seniorů?**

- a) jsem velmi spokojen/a
- b) jsem spíše spokojen/a
- c) jsem spíše nespokojen/a - proč?.....
- d) jsem velmi nespokojen/a - proč?.....

**6. Jaké aktivity poskytované tímto klubem seniorů využíváte nejraději? (zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)**

- a) výuka jazyků
- b) sportovní, pohybové aktivity
- c) přednášky
- d) receptáře
- e) zájezdy, vycházky
- f) návštěvy kulturních akcí (divadlo, kino)
- g) ruční práce
- h) aktivity zaměřené na dobročinnost
- i) jiné - jaké.....

**7. Vyhovuje Vám časový harmonogram nabízených volnočasových aktivit?**

- a) velmi mi vyhovuje
- b) spíše mi vyhovuje
- c) spíše mi nevyhovuje - proč?.....
- d) velmi mi nevyhovuje - proč?.....

**8. Které aktivity v nabídce volnočasových aktivit tohoto klubu byste uvítali častěji? (zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)**

- a) výuka jazyků
- b) sportovní, pohybové aktivity
- c) přednášky
- d) receptáře
- e) zájezdy, vycházky
- f) návštěvy kulturních akcí (divadlo, kino)
- g) ruční práce
- h) aktivity zaměřené na dobročinnost
- i) jiné - jaké.....

**9. Které aktivity v nabídce volnočasových aktivit tohoto klubu postrádáte? (zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)**

- a) hudební akce (koncerty, poslech hudby)
- b) vzdělávací akce
- c) taneční akce
- d) jiné - jaké.....

**10. Můžete při klubových volnočasových aktivitách uplatnit své názory a tvůrčí náměty?**



- a) určitě ano
- b) spíše ano
- c) spíše ne - proč?.....
- d) určitě ne - proč?.....

**11. Jak se stavíte k seniorskému vzdělávání?**

- a) je velmi důležité
- b) je spíše důležité
- c) nevím
- d) je spíše nedůležité.
- e) je nedůležité

**12. Podporuje Vás rodina ve vašich volnočasových aktivitách v rámci klubu seniorů?**

- a) ano, podporuje mne
- b) ne, nepodporuje mne
- c) nemám rodinu

**13. Jste spokojen/a s prostory svého klubu seniorů?**

- a) jsem velmi spokojen/a
- b) jsem spíše spokojen/a
- c) jsem spíše nespokojen/a - proč?.....
- d) jsem velmi nespokojen/a - proč? .....

**14. Členské poplatky jsou podle Vás:**

- a) velmi vysoké
- b) spíše vysoké
- c) přiměřené
- d) spíše nízké
- e) velmi nízké

**15. Ovlivnilo Vás členství v klubu seniorů?**

- a) ano, pozitivně - cítím se spokojenější
- b) ano, negativně - cítím se méně spokojený
- c) nijak mě neovlivnilo

**16. Jste členem ještě jiného klubu seniorů?**

- a) ano, jakého a proč?.....
- b) ne

**17. Domníváte se, že jsou všeobecně kluby seniorů dostatečně podporovány okolím (institucemi, úřady apod.)?**

- a) určitě ano
- b) spíše ano
- c) spíše ne
- d) určitě ne

**18. Jakým způsobem nejraději trávíte svůj volný čas mimo klub seniorů?**

*(zakroužkujte či vypište max. 3 odpovědi)*

- a) pohybové aktivity

- b) kultura (kino, divadlo)
- c) četba
- d) televize
- e) cestování, vycházky
- f) vzdělávání
- g) posezení s rodinou či přáteli
- h) práce na zahradě
- i) ruční práce
- j) výpomoc rodinným příslušníkům (hlídání vnoučat, pomoc v domácnosti)
- k) jiné aktivity - jaké.....

**19. Jste:**

- a) žena
- b) muž

**20. Váš věk:**

- a) 60 – 64 let
- b) 65 – 69 let
- c) 70 – 74 let
- d) 75 – 79 let
- e) 80 a více let

**21. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:**

- a) základní
- b) střední včetně vyučení (bez maturity)
- c) úplné střední (s maturitou) - gymnázium
- d) úplné střední (s maturitou) - ostatní
- e) vysokoškolské

**22. Rodinný stav:**

- a) vdaná/ženatý
- b) vdova/vdovec
- c) rozvedená/rozvedený
- d) spolužití s druhem/družkou
- e) svobodná/svobodný

**23. Bydlíte:**

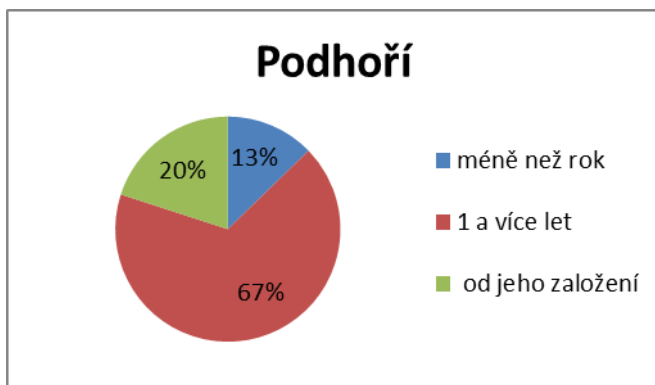
- a) ve Zlíně
- b) v jiné obci

***Děkuji Vám za vyplnění dotazníku a jeho odevzdání***

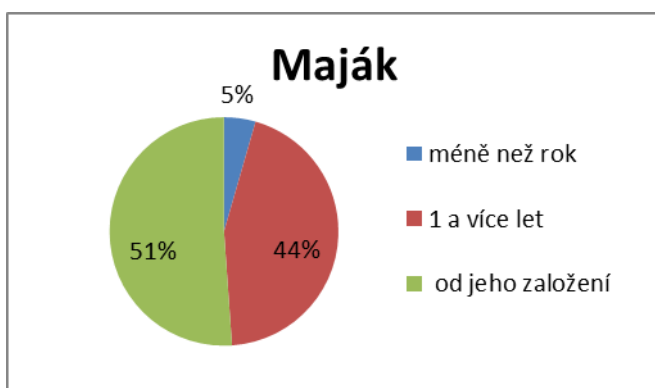
## **PŘÍLOHA P III: OTÁZKY STRUKTUROVANÉHO ROZHOVORU PRO PŘEDSEDKYNĚ KLUBŮ SENIORŮ NA PODHOŘÍ A U MAJÁKU**

1. Jaká je Vaše motivace k práci se seniory z pozice funkce předsedy klubu?
2. Považujete činnost klubu seniorů za důležitou?
3. Jaké vlastnosti by dle Vašeho názoru měl mít úspěšný předseda klubu seniorů?
4. Kde berete inspiraci k nabídce volnočasových aktivit pro seniory (na základě připomínek členů nebo jinak)?
5. Jakým způsobem se rozhoduje o společných aktivitách? (např. hlasování).
6. V čem vidíte největší překážky v rámci provozování klubu?
7. Ocení členové klubu Vaše úsilí, jež vynakládáte na vedení klubu?
8. Pomáhá Vám někdo s provozem klubu?
9. Jakým způsobem je volen předseda klubu a jeho zástupci?

## PŘÍLOHA P IV: DALŠÍ VÝSLEDKY VÝZKUMU



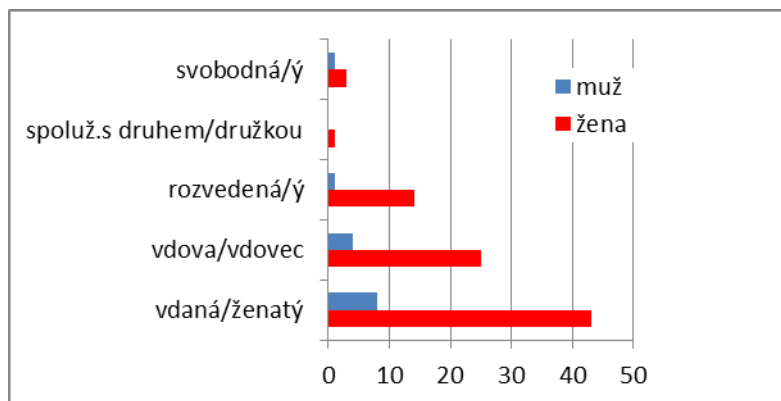
**Obr. 55.** Délka členství v KS Podhoří.



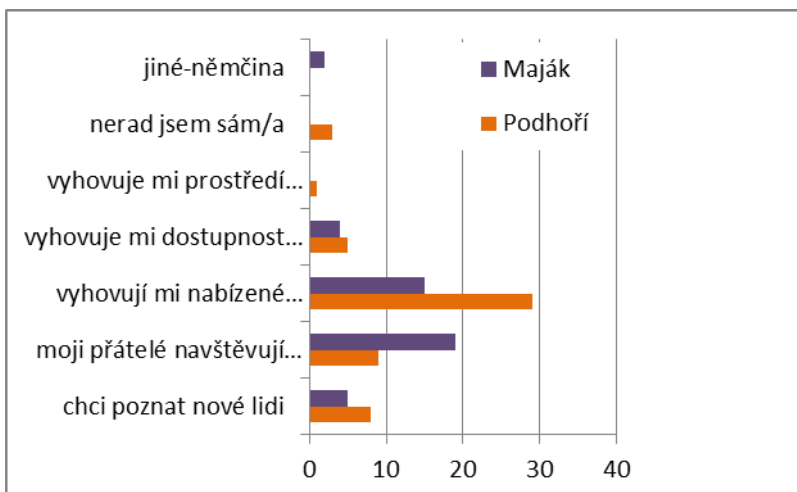
**Obr. 56.** Délka členství v KS U Majáku.

Dělení dle pohlaví	šetření - četnost věkových kategorií vzhledem k pohlaví											
	60-64 let		65-69 let		70-74 let		75-79 let		80 a více let		respondenti celkem	
	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)	abs.	relativní četnost (v %)
muži	4	14	4	14	1	6	2	12	3	37	14	14
ženy	25	86	25	86	16	94	15	88	5	63	86	86
celkem	29	100	29	100	17	100	17	100	8	100	100	100

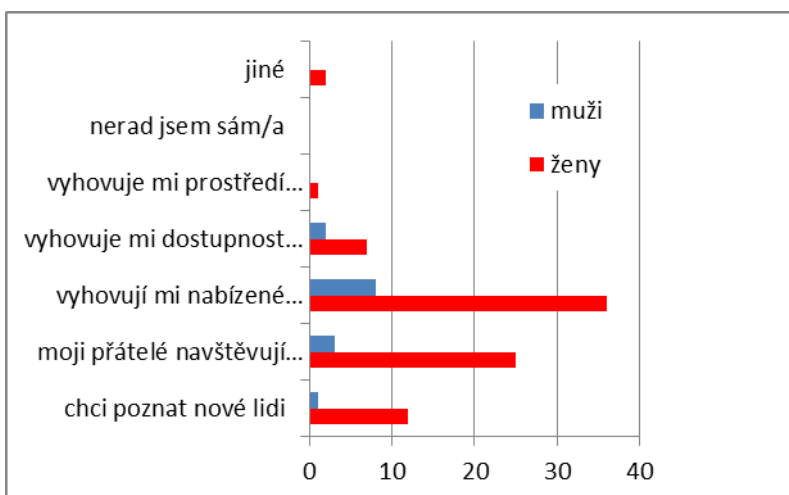
**Tab. 34.** Četnost věkových kategorií vzhledem k pohlaví respondentů.



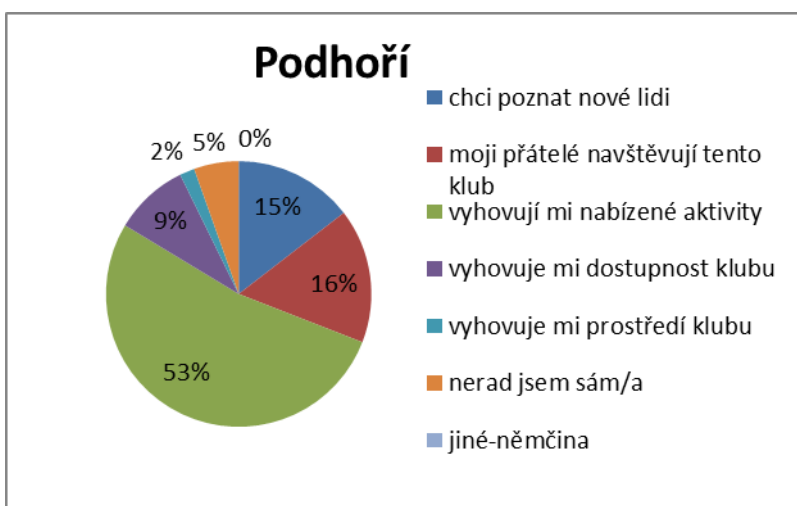
**Obr. 57.** Zastoupení respondentů dle rodinného stavu z hlediska pohlaví.



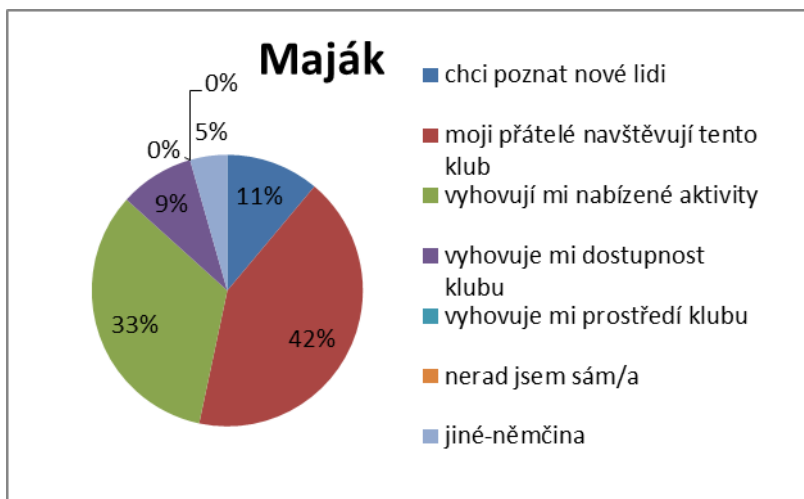
**Obr. 58.** Důvody respondentů ke členství v rámci daného KS.



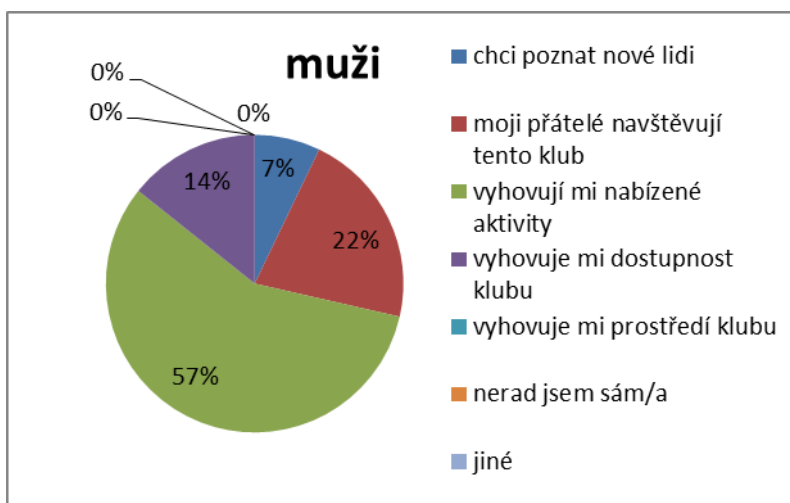
**Obr. 59.** Důvody respondentů ke členství z hlediska pohlaví.



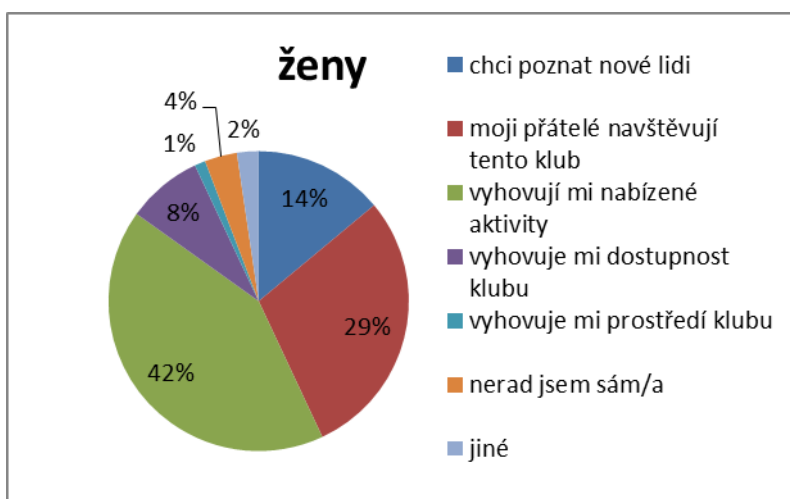
**Obr. 60.** Důvody respondentů ke členství v KS Podhoří v %.



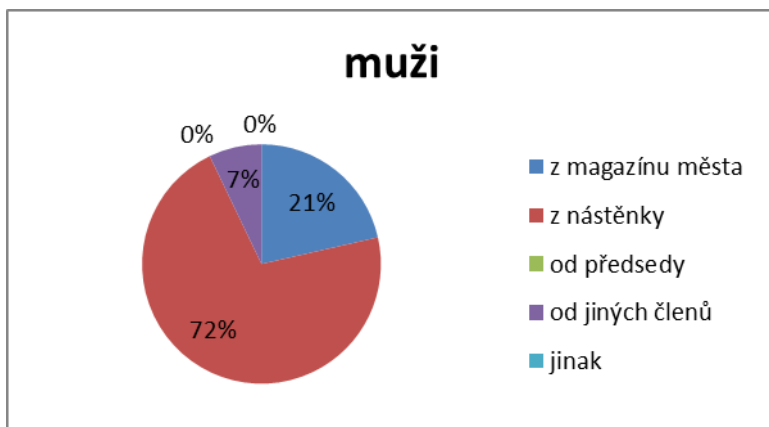
**Obr. 61.** Důvody respondentů ke členství v KS U Majáku v %.



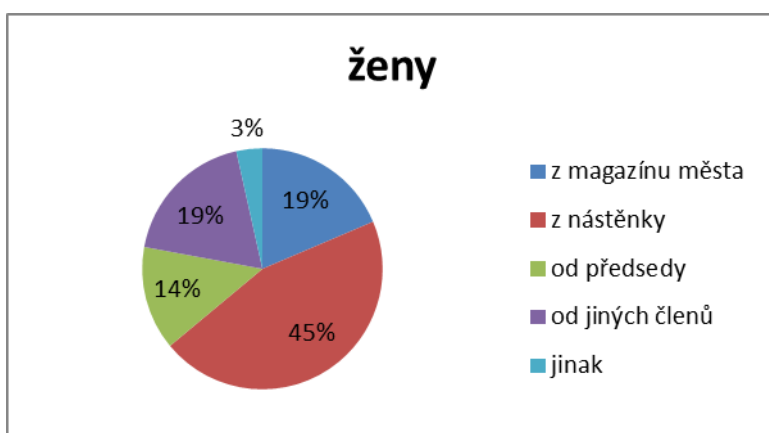
**Obr. 62.** Důvody respondentů ke členství v % celkem muži.



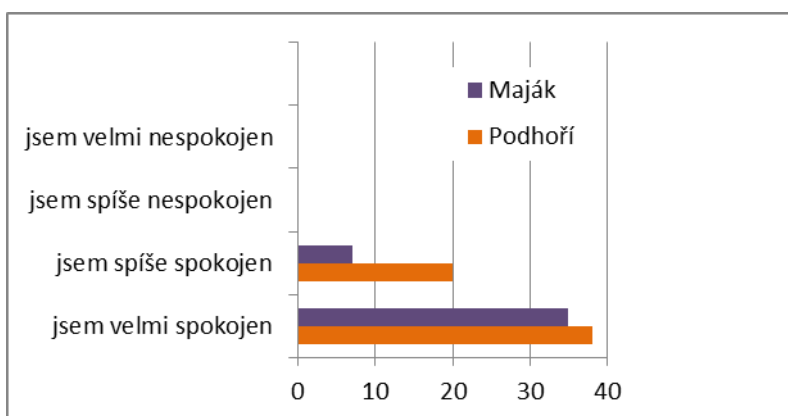
**Obr. 63.** Důvody respondentů ke členství v % celkem ženy.



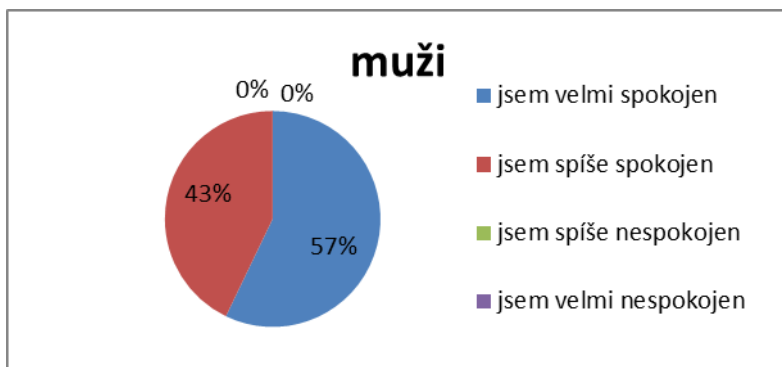
**Obr. 64.** *Jak se senioři dozvídají o aktivitách KS celkem muži.*



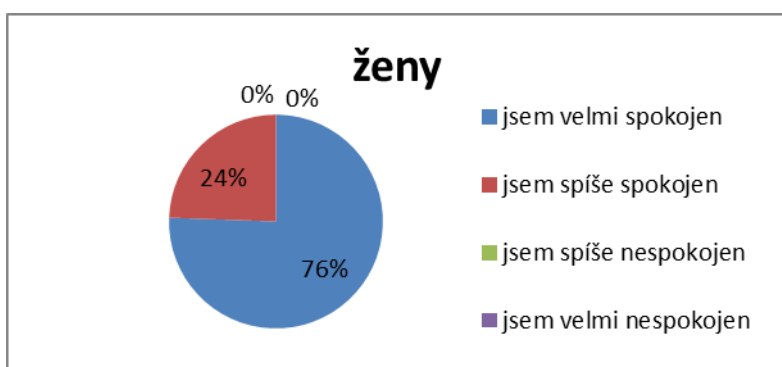
**Obr. 65.** *Jak se senioři dozvídají o aktivitách KS celkem ženy.*



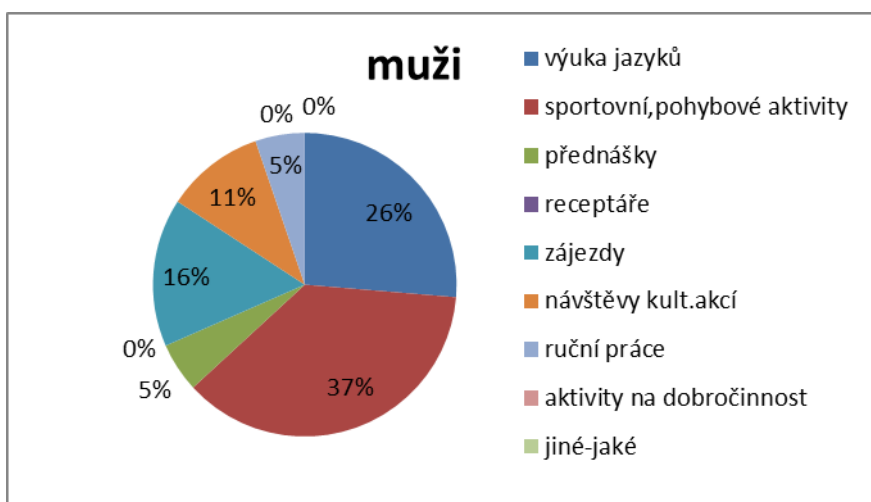
**Obr. 66.** *Spokojenost respondentů s nabídkou v daných KS.*



**Obr. 67.** Spokojenost s nabídkou KS celkem muži v %.

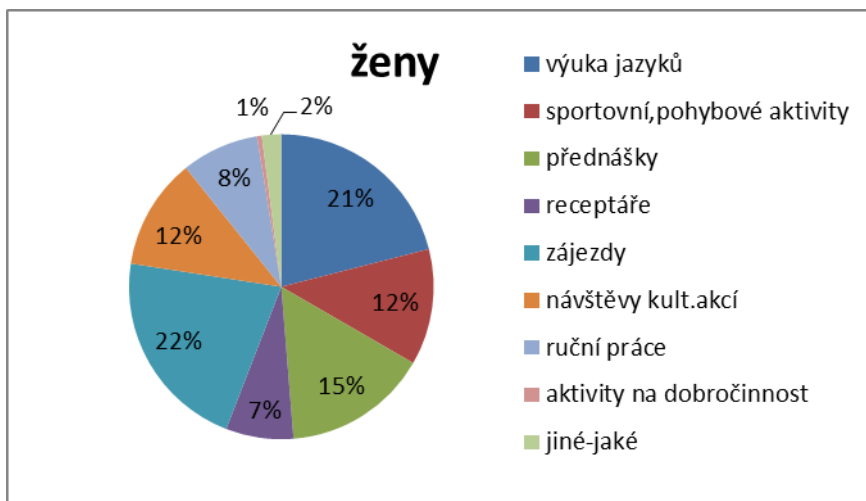


**Obr. 68.** Spokojenost s nabídkou KS celkem ženy v %.

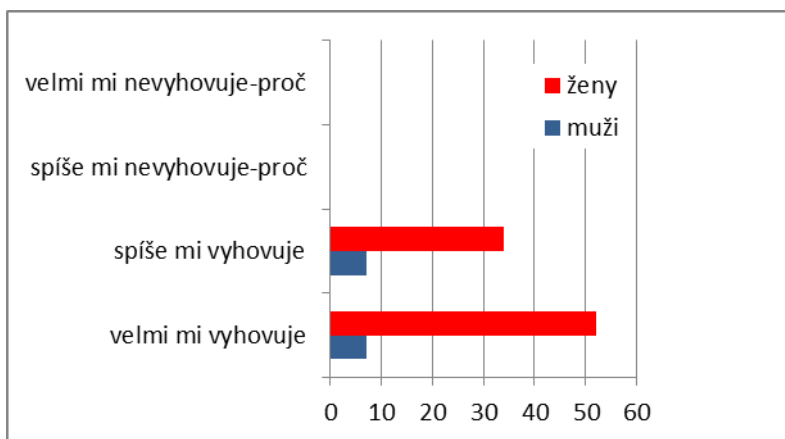


**Obr. 69.** Nejoblíbenější aktivity v rámci KS celkem muži v %.

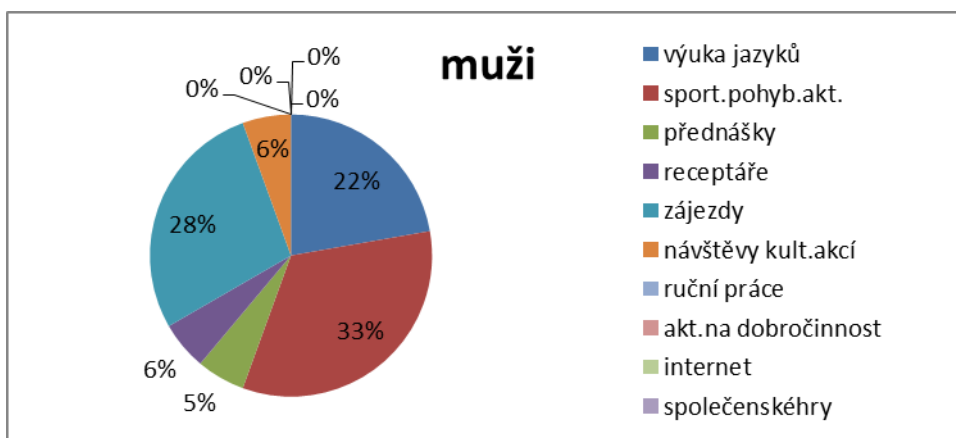




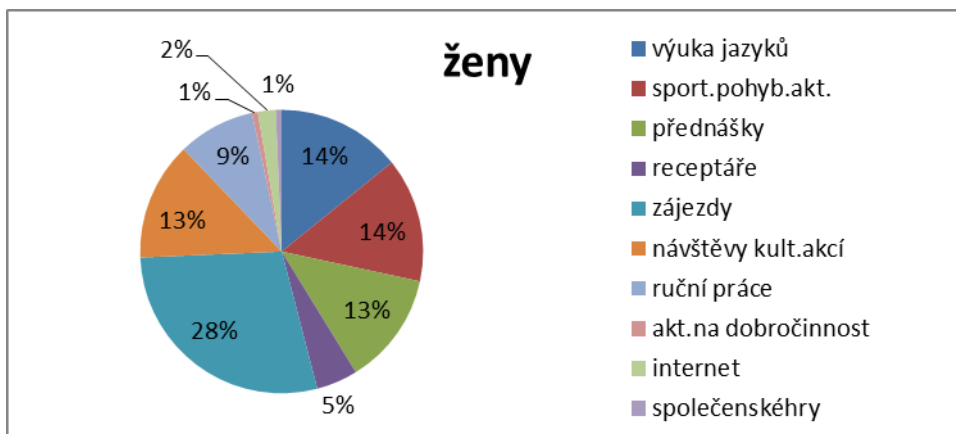
**Obr. 70.** Nejoblíbenější aktivity v rámci KS celkem ženy v %.



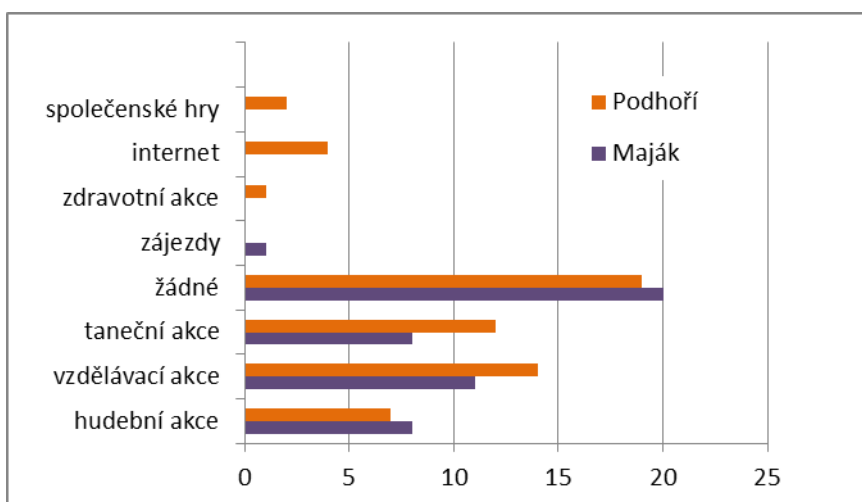
**Obr. 71.** Vyhovuje Vám časový harmonogram VA v rámci KS dle pohlaví.



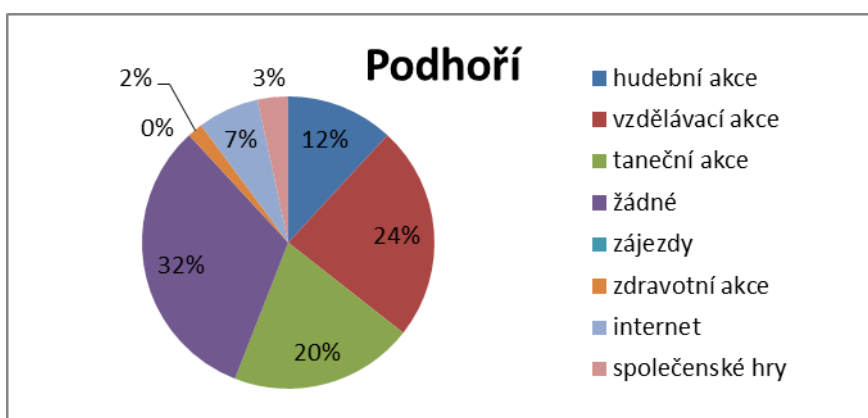
**Obr. 72.** Častěji uvítané aktivity v % muži celkem.



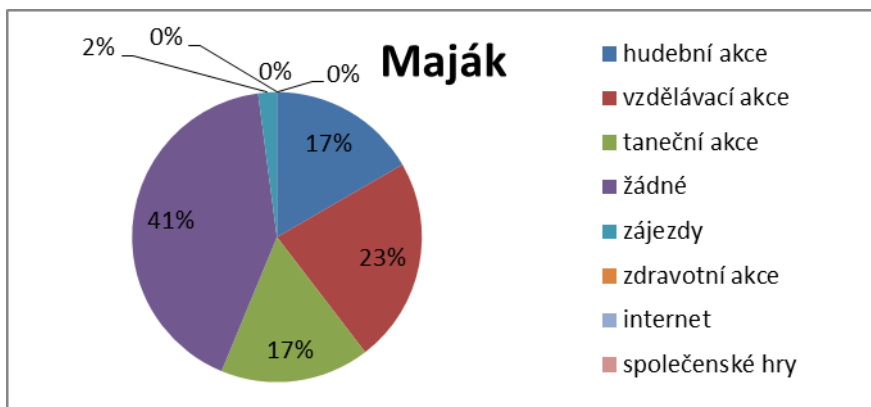
**Obr. 73.** Častěji uvítané aktivity v % ženy celkem.



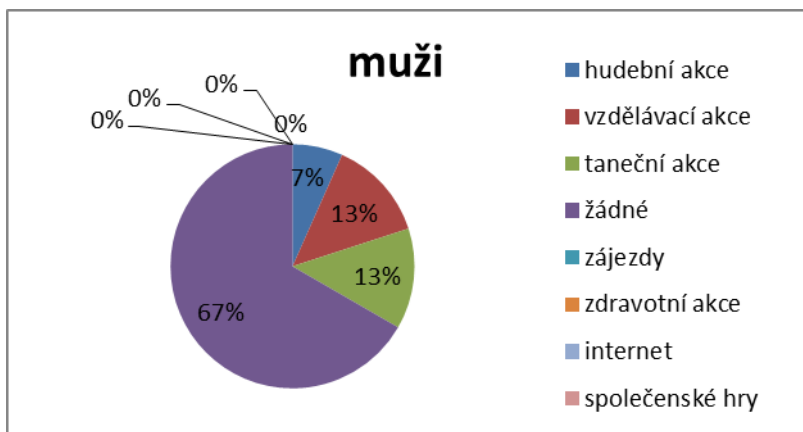
**Obr. 74.** Postrádané aktivity v rámci daných KS.



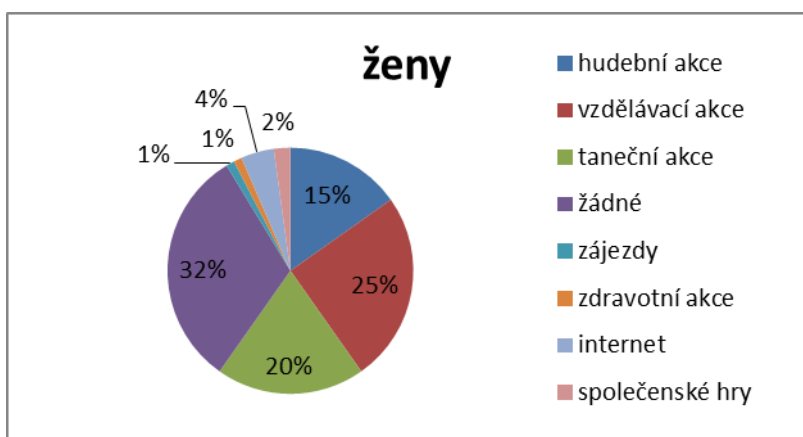
**Obr. 75.** Postrádané aktivity v KS Podhoří v %.



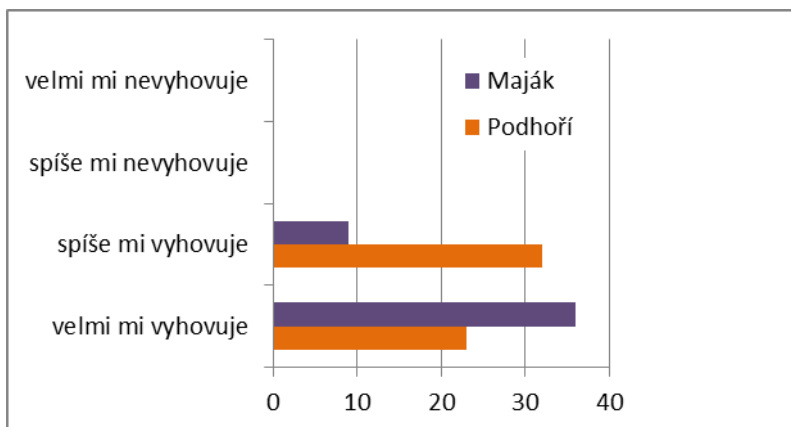
**Obr. 76.** Postrádané aktivity v KS U Majáku v %.



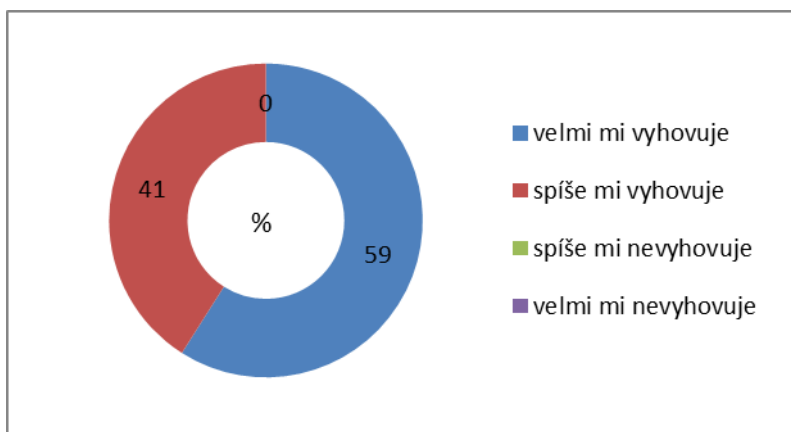
**Obr. 77.** Postrádané aktivity muži celkem v %.



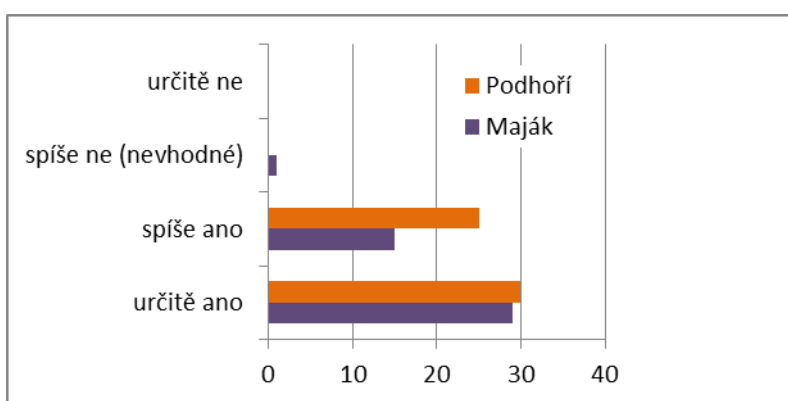
**Obr. 78.** Postrádané aktivity ženy celkem v %.



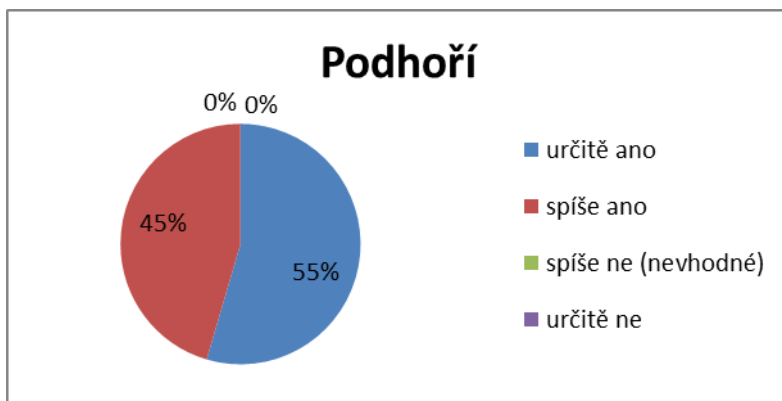
**Obr. 79.** *Vyhovuje Vám časový harmonogram VA v rámci KS dle klubů.*



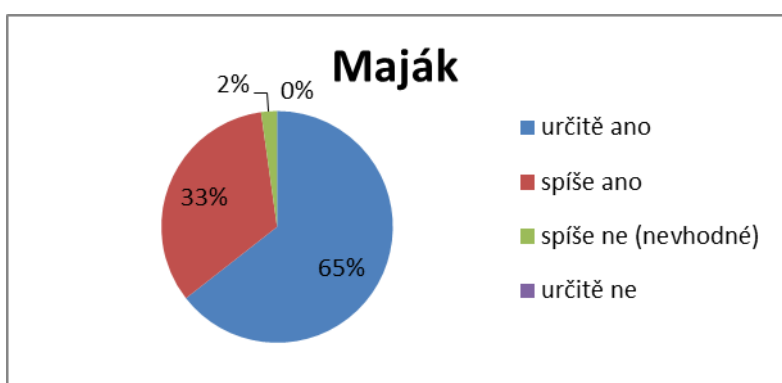
**Obr. 80.** *Vyhovuje Vám časový harmonogram vyjádřeno v %.*



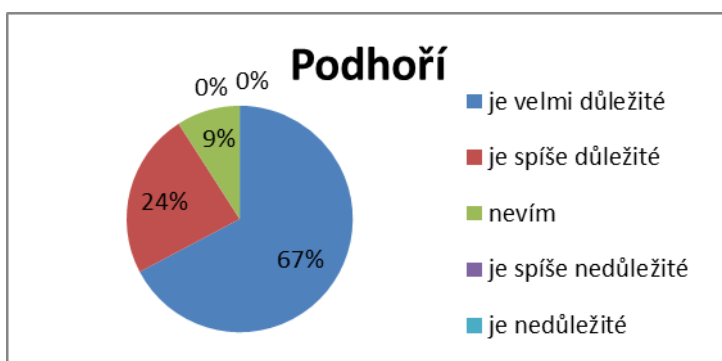
**Obr. 81.** *Možnost vyjádřit svůj názor k VA v daných KS.*



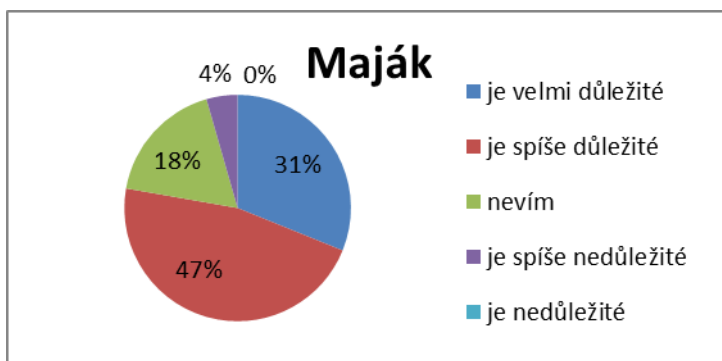
**Obr. 82.** Možnost uplatnění názoru v KS Podhoří v %.



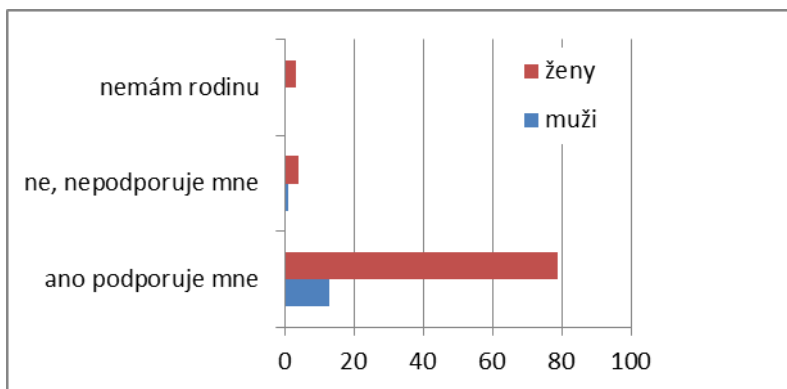
**Obr. 83.** Možnost uplatnění názoru v KS U Majáku v %.



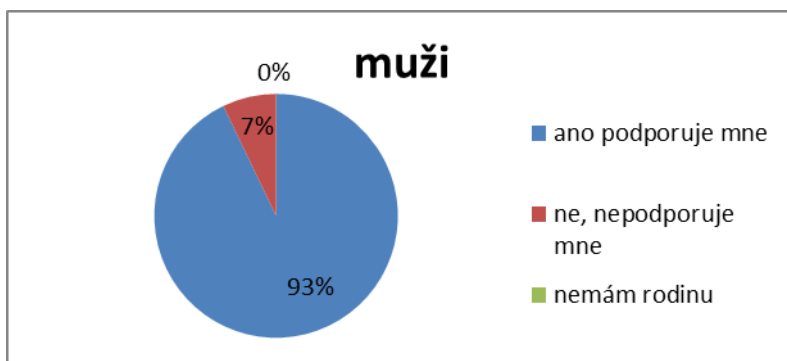
**Obr. 84.** Názory na důležitost vzdělání v KS Podhoří v %.



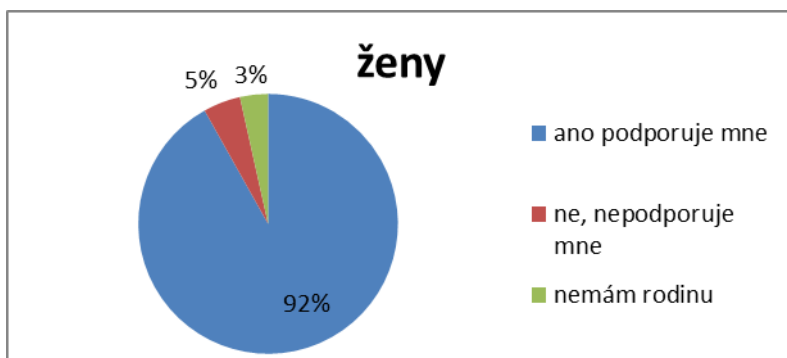
**Obr. 85.** Názory na důležitost vzdělání v KS U Majáku v %.



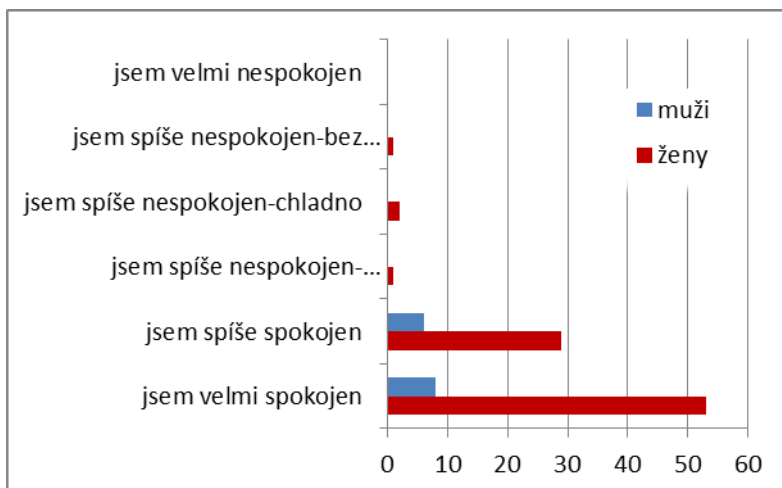
**Obr. 86.** Podporuje rodina VA seniorů v rámci KS.



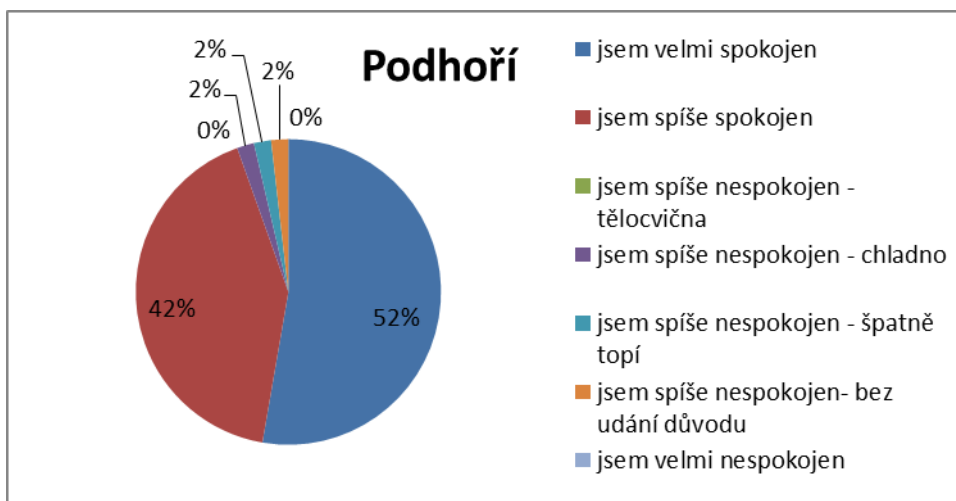
**Obr. 87.** Podporuje rodina VA seniorů v rámci KS muži v %.



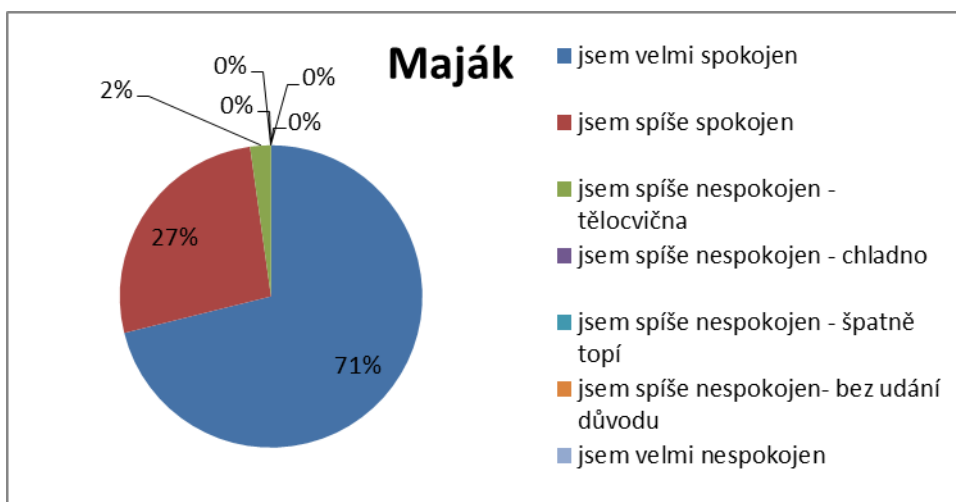
**Obr. 88.** Podporuje rodina VA seniorů v rámci KS ženy v %.



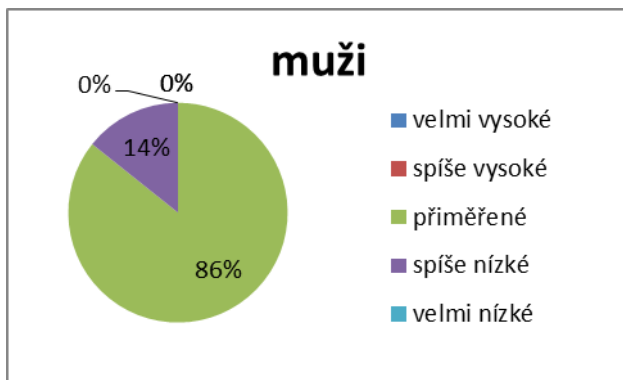
**Obr. 89.** Spokojenost respondentů s prostory klubu dle pohlaví.



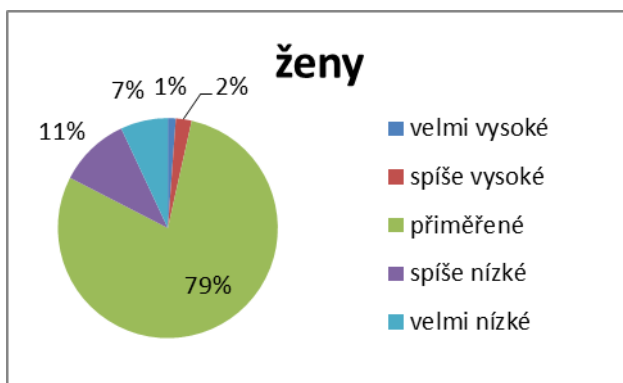
**Obr. 90.** Spokojenost s prostory v KS Podhoří v %.



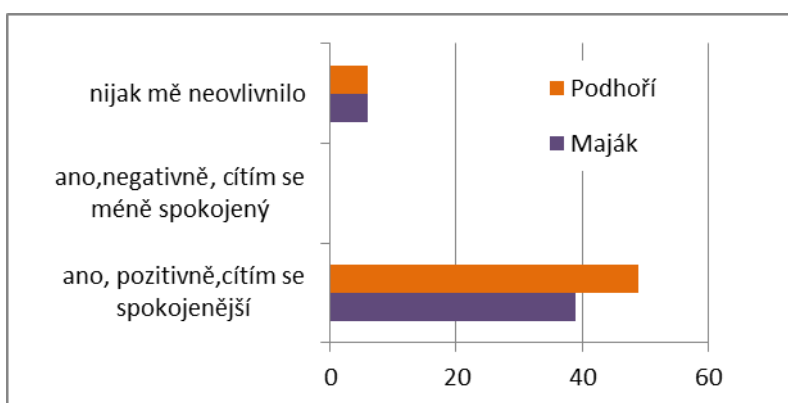
**Obr. 91.** Spokojenost s prostory v KS U Majáku v %.



**Obr. 92.** *Výše členských poplatků – názory mužů.*

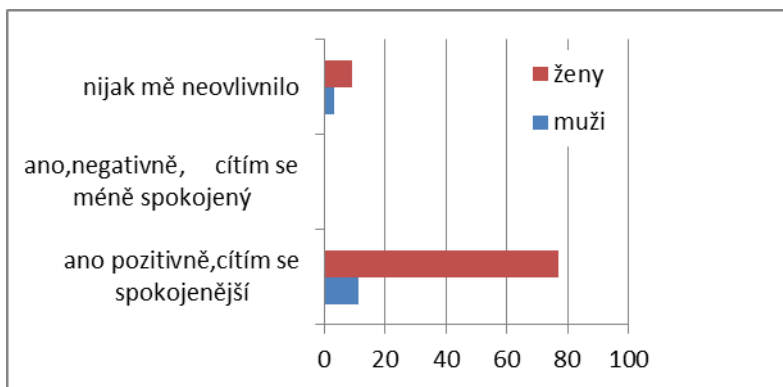


**Obr. 93.** *Výše členských poplatků – názory žen.*

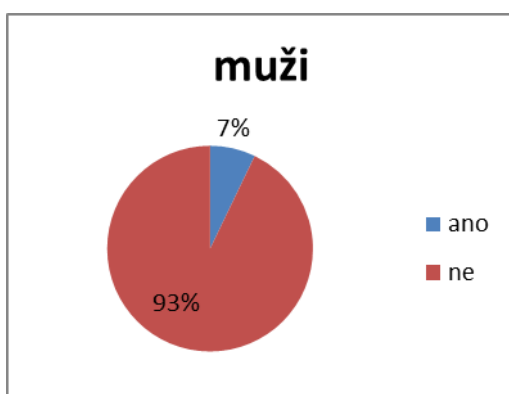


**Obr. 94.** *Názory respondentů na ovlivnění členstvím z hlediska konkrétních KS.*

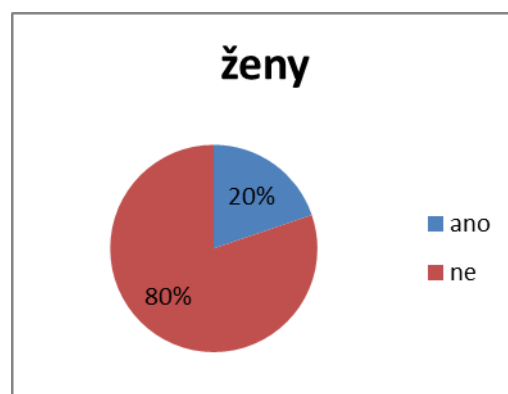




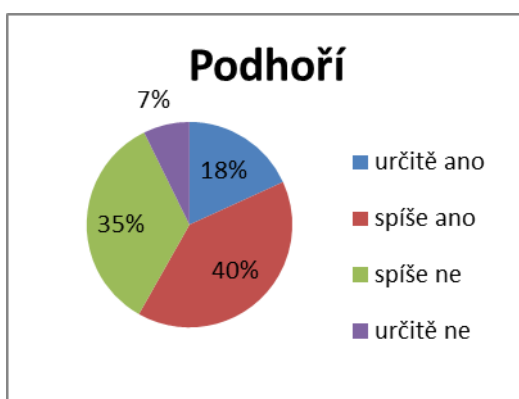
**Obr. 95.** *Názory respondentů na ovlivnění členstvím z hlediska pohlaví.*



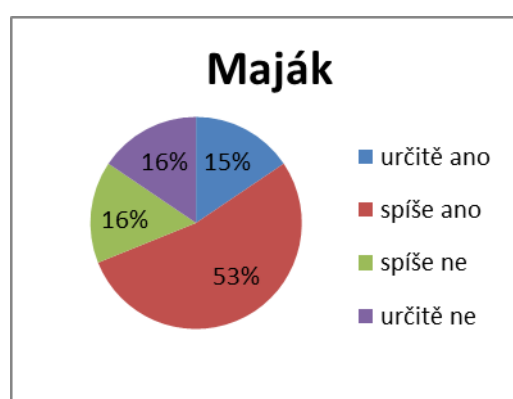
**Obr. 96.** *Členství v jiném KS muži celkem.*



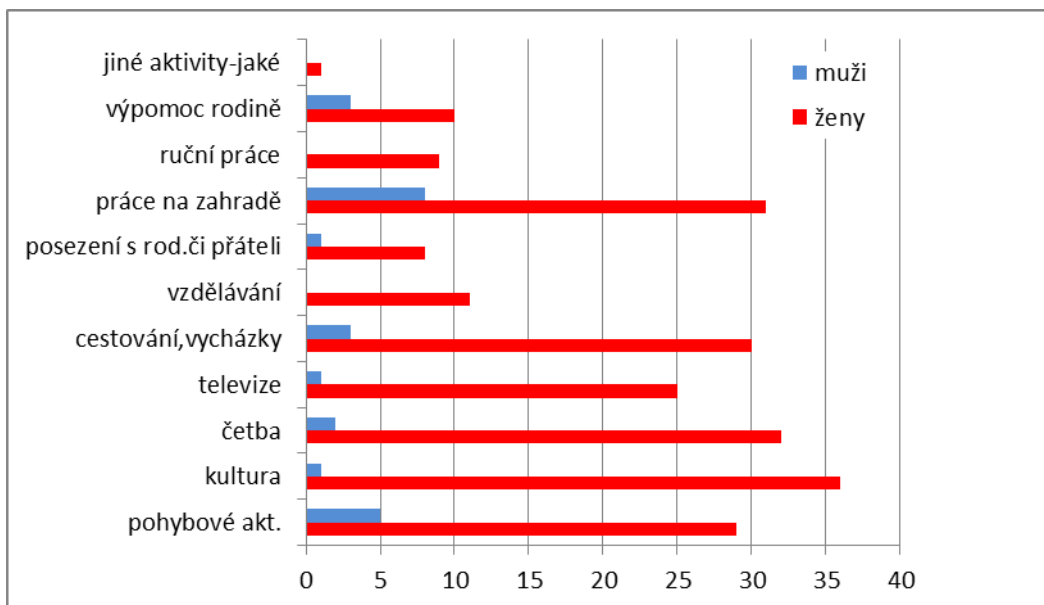
**Obr. 97.** *Členství v jiném KS ženy celkem.*



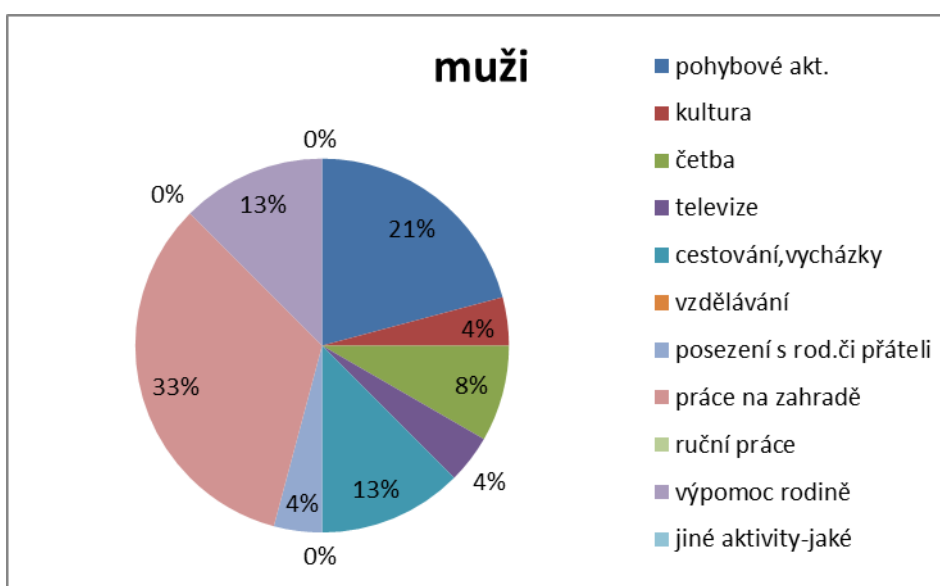
**Obr. 98.** *Podpora KS okolím názory respondentů v KS Podhoří.*



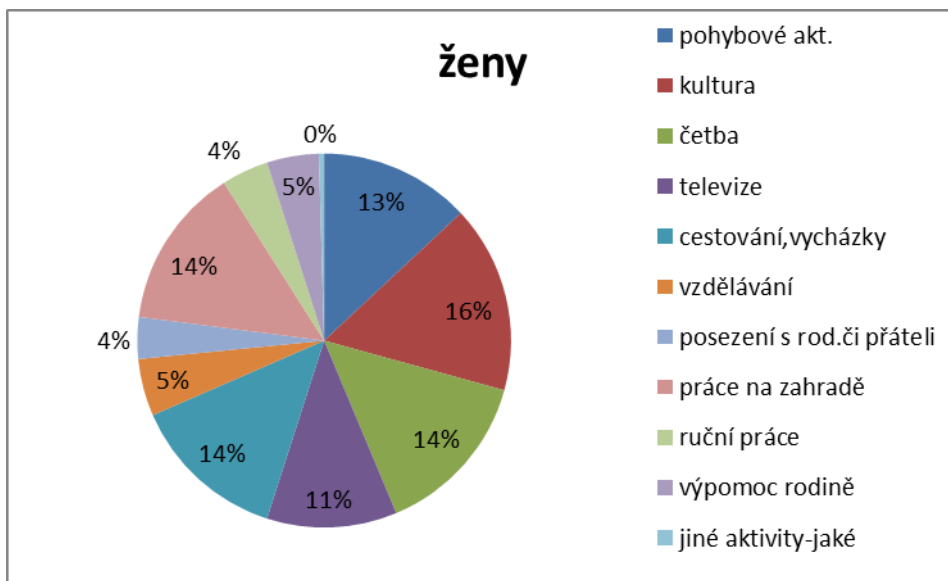
**Obr. 99.** *Podpora KS okolím názory respondentů v KS U Majáku.*



**Obr. 100.** Nejoblíbenější aktivity seniorů mimo KS členěny dle pohlaví.



**Obr. 101.** Nejoblíbenější aktivity seniorů mimo KS muži celkem v %.



**Obr. 102.** *Nejoblíbenější aktivity seniorů mimo KS ženy celkem v %.*