



Volnočasové aktivity seniorů

Jana Godarová







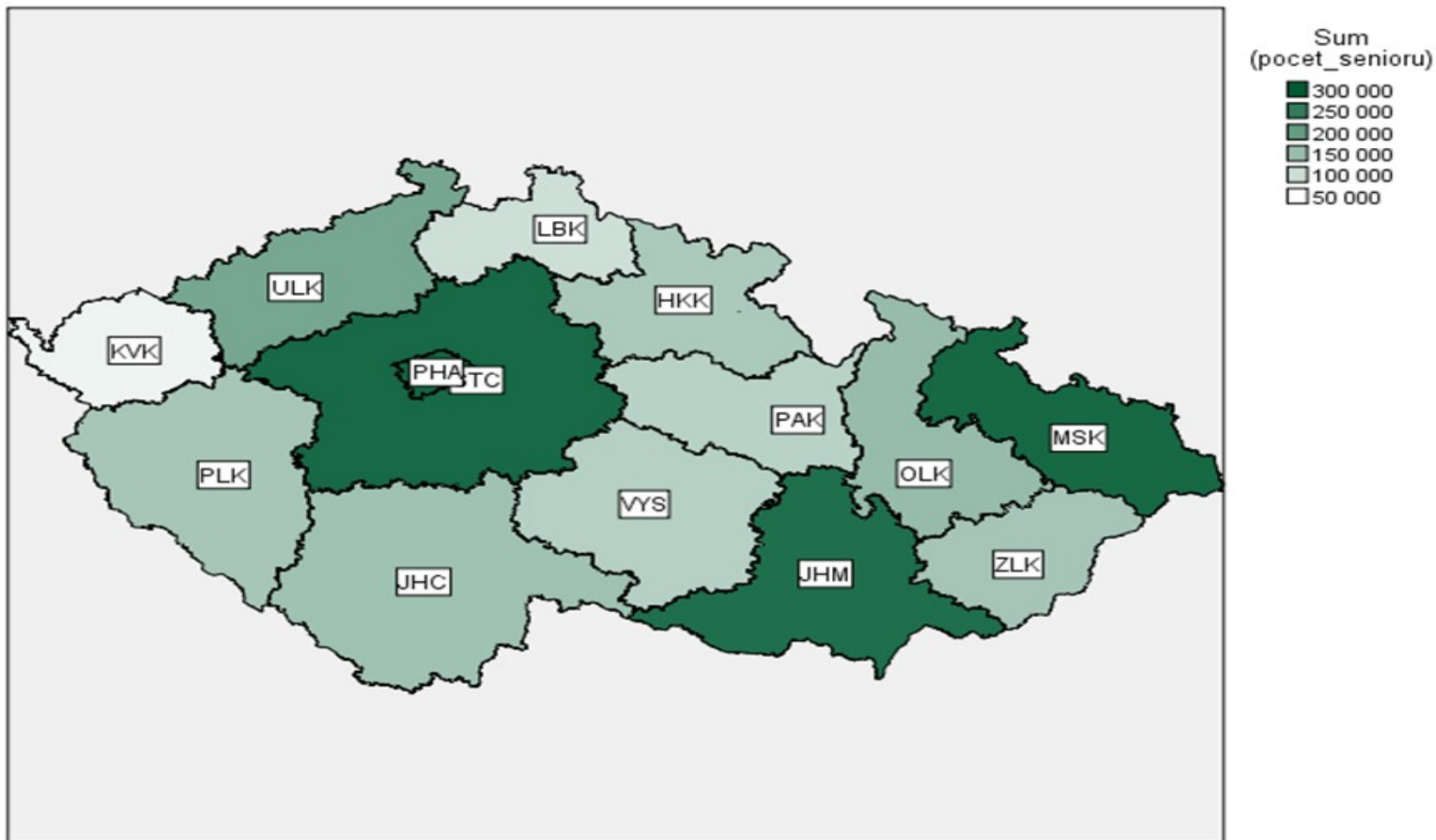
Vaše zkušenosti

Mýty o stárnutí

1. senioři by měli očekávat, že se jejich duševní a fyzický stav zhorší
2. většina starších lidí má podobné potřeby
3. kreativita a přínos jsou doménou mladých lidí
4. zkušenost starších lidí mají pro moderní společnost malý význam
5. mnoho starších lidí chce mít klid a zůstat v ústraní
6. hlavním problémem je nedostatek nemocničních lůžek a zdravotních sester
7. poskytování služeb starším lidem odebírá finanční prostředky mladým lidem
8. výdaje na seniory jsou plýtváním finančními prostředky
9. starší lidé se na moderní pracoviště nehodí
10. starého psa novým kouskům nenaučíš
11. starší lidé předpokládají, že o ně a o jejich názory nebude zájem
12. věci se vyřeší sami

Zdroj: Authors based on WHO: Demystifying the myths of ageing (2008)

Rozložení počtu seniorů v ČR - dle kraje



Zdroj: Authors based on EU-SILC 2015

Rozložení počtu domácností seniorů v ČR - dle velikosti sídla

Velikostní kategorie	Domácnosti seniorů		Celkem počet domácností
	počet	%	
Do 10 tis. obyv.	800 137	45 %	1 926 206
10 - 50 tis. obyv.	387 204	22 %	941 354
50 - 99 tis. obyv.	187 617	11 %	458 175
Nad 100 tis. obyv.	384 498	22 %	998 915
celkem	1 759 456	100%	4 324 650

Zdroj: Authors based on EU-SILC 2015

Zdroje používaných dat

- ČSÚ
 - Statistika rodinných účtů,
 - Výběrové šetření příjmů a životních podmínek domácností (SILC)
 - Projekce obyvatelstva České republiky do roku 2100, ...
- DIPEX
- EUROSTAT
- SHARE

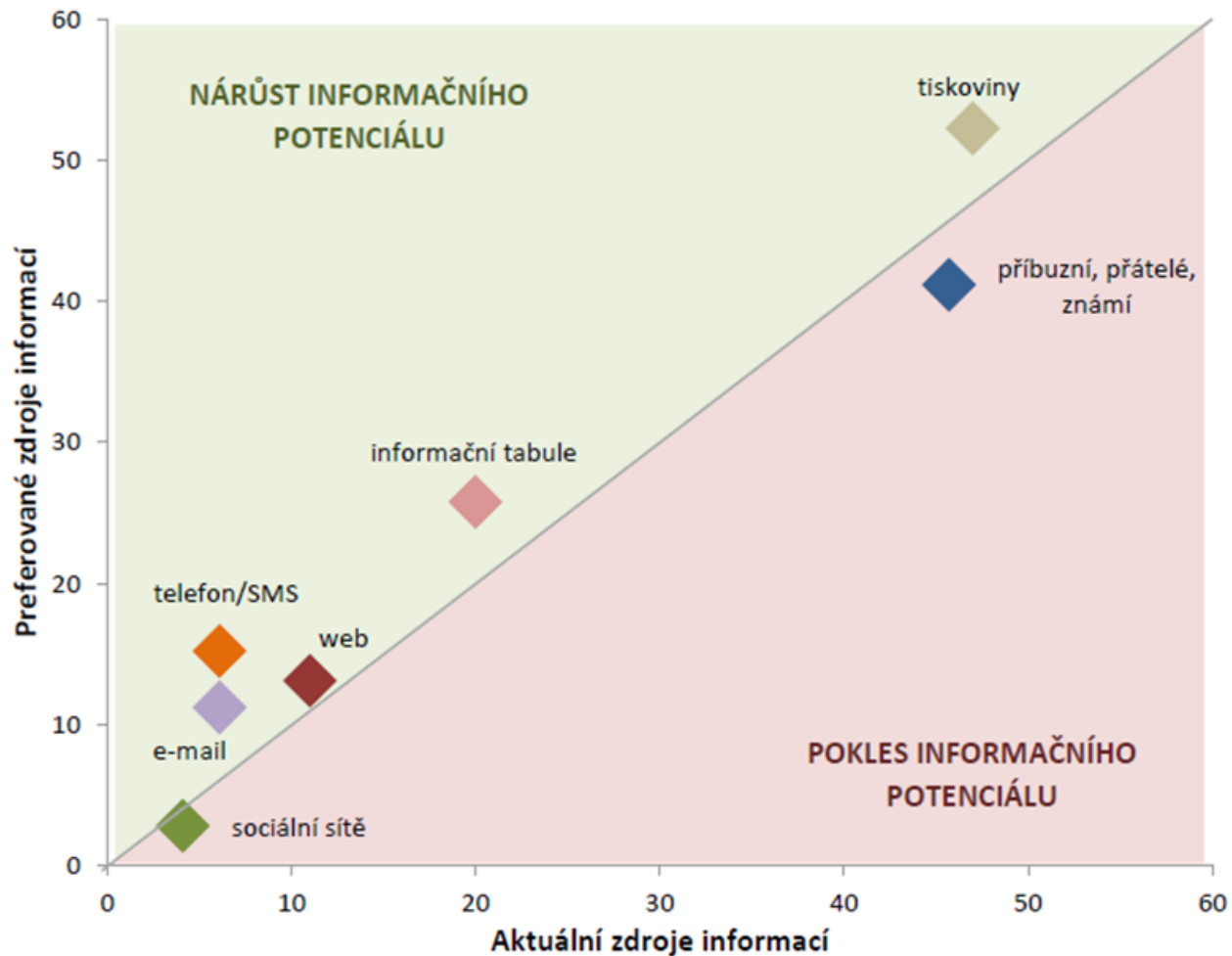
Empirický výzkum

- květen – červen 2016.
- kvótní techniky, za podmínek dodržení zastoupení hlavních sociodemografických skupin obyvatel
 - regionální rozložení, pohlaví a věku
 - věk od 60 let do 84 let.
- metoda osobního dotazování (face-to-face interview)
- 724 případů (78 % respondentů z Prahy, 22 % respondentů z Ostravy)



Informace a jejich předávání seniorům

Graf 38: Zdroje informací o volnočasových akcích – realita a preference



Zdroj: INESAN (N=724)

- **informování o VA**

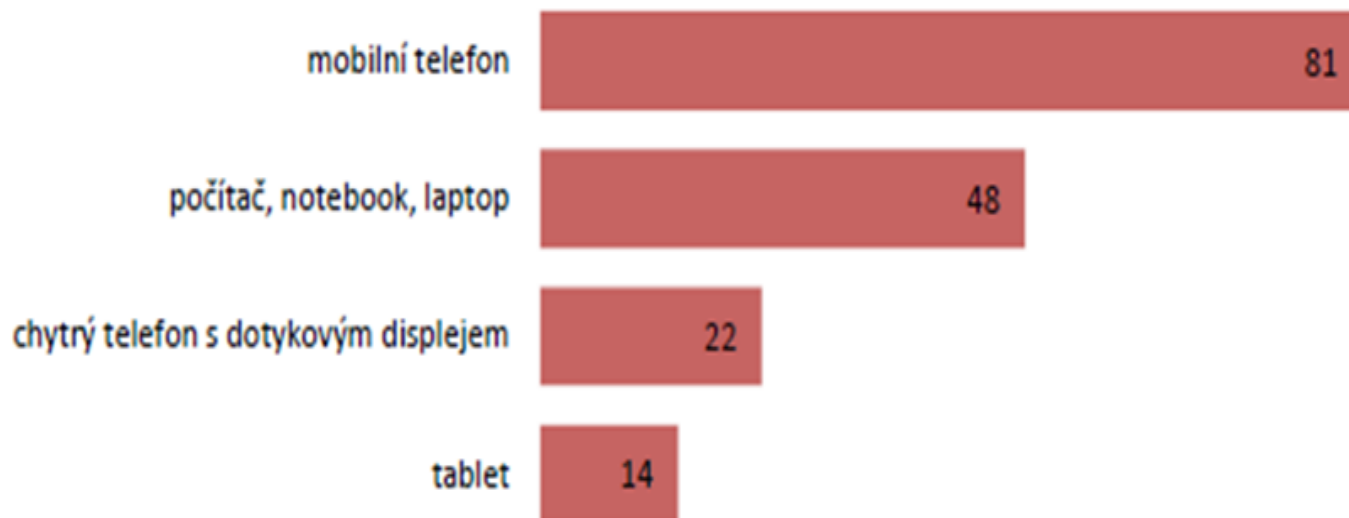
- *NNO – rozpisy v místě organizace 80%, webové stránky a osobní předání (75%), informační tabule 70%, email 65%, přátelé a rodina 56%*
- *Obce - místní tisk, web (100%), osobní komunikace, přátelé a blízké osoby, rozpis v prostorách VA, informační tabule (78%)*

- **zjišťování zájmu o VA**

- *NNO - přímé dotazování 88%*
- *Obce - přímé dotazování (100%), telefon/email 56%*

- Lidé by vždy měli vědět, kam a na koho se mohou ve svých obcích obracet např. senior point

Graf 39: Využívaná elektronická zařízení



údaje jsou v procentech

Zdroj: INESAN (N=721/716/713/709)



Bariéry, které senioři vnímají

Bariéry – empirický výzkum

- vnímané bariéry
 - vysoká cena akcí (17 %)
 - finanční situaci (13 %)
 - zdravotní stav (20%)
 - nedostatek volného času (13%)

- počet bariér
 - alespoň jednu bariéru vnímá 56 %
 - 58 % z nich vnímá jen 1 bariéru,
 - 30 % pak vnímá 2 bariéry

Bariéra: vysoká cena akcí nebo finanční situace

- Subjektivní vnímání příjmů (SILC 2015)
 - snadno se svými příjmy vycházela jen přibližně 1/3 seniorů
 - s velkými obtížemi či obtížemi 27%
 - může si dovolit VA 41% vs. nemůže si dovolit z jiných než finančních důvodů 54 %

Bariéra: zdraví

- 81 % - zdravotní stav hodnotí jako dobrý
 - dobrý 24 %
 - spíše dobrý 57 %

- Horší hodnocení zdravotního stavu
 - s věkem, 75–79 let - špatný 47 %
 - s nižším vzděláním, ZŠ - špatný 41 %
 - ve špatné ekonomické situaci - špatný 28 %

- Hůře vnímají bariéru zdraví ženy 23 % vs. muži 15 %

Bariéra: nedostatek času

- relativitu vnímání času
 - „co dítěti přijde jako věčnost (2 hodiny kreslení), důchodci přijde jako chvílka“
- zvýšená čestnost hlídání vnoučat
 - převážně ženy, v mladších věkových skupinách)
- pokračující ekonomická aktivita v souběhu s důchodem
 - práce na částečný úvazek, brigády
- s věkem klesá
 - 60 - 64 let 26 % vs. 75 - 79 let 6%



Volnočasové aktivity – dobrá praxe

Volnočasové aktivity – empirické šetření

- tradiční: sledování TV, procházky, četba knih a časopisů, rodina, chataření, zahrádkaření či nakupování
- aktivity diferencovány dle různých kritérií
 - kutilství jako typicky mužskou aktivitu vs. ženy se častěji věnují např. čtení knih a časopisů.
 - vzdělanější respondenti projevují více zájmu o cestování a turistiku, sport, cvičení vs. starší respondenti nevyhovují
- téměř všichni respondenti provozují některou z volnočasových aktivit doma

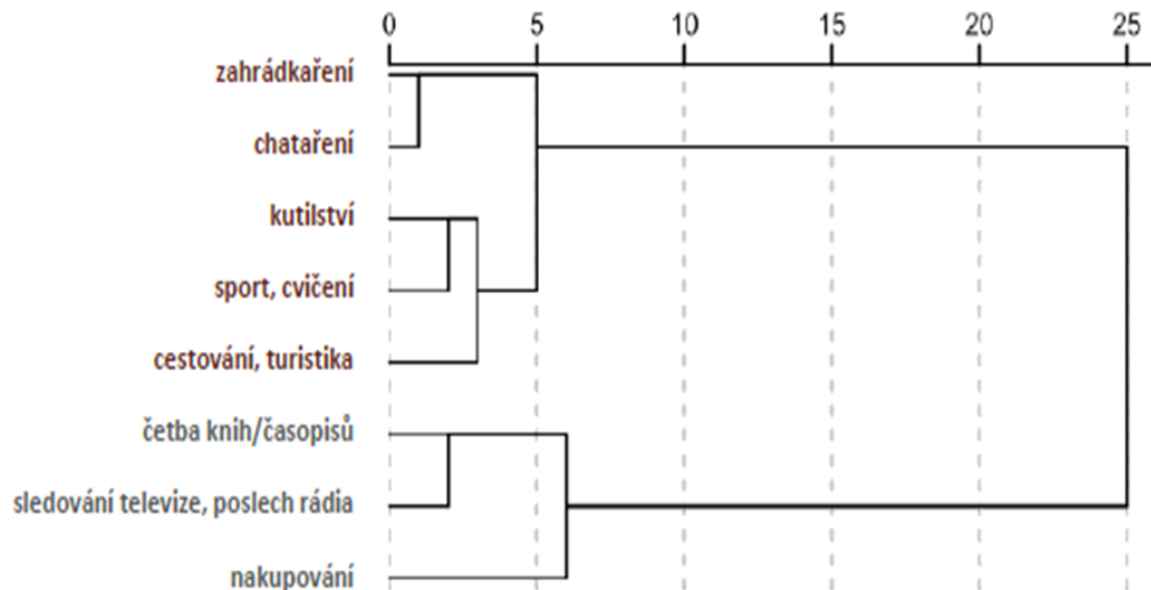
Schéma 5: Spontánně uvedené činnosti vykonávané ve volném čase

ČINNOSTI VYKONÁVANÉ VE VOLNÉM ČASE	
▪ sledování TV	55 %
▪ procházky	29 %
▪ četba (noviny, knihy, časopisy, ...)	27 %
▪ rodina	22 %
▪ chataření/chalupaření	17 %
▪ zahrádkaření	15 %
▪ nakupování	12 %
▪ cestování	10 %
▪ turistika	9 %
▪ návštěvy restaurací, kaváren, cukráren	9 %
▪ vaření, pečení	8 %
▪ s kamarády	8 %
▪ křížovky (sudoku, ...)	8 %
▪ ruční práce (vyšívání, pletení,...)	7 %
▪ domácnost	6 %
▪ rádio	5 %
▪ odpočinek (relax, spánek,...)	5 %
▪ návštěvy kina, divadla, opery	5 %
▪ kulturní akce	4 %
▪ cvičení	4 %
▪ domácí zvíře (pes, kočka, ...)	3 %
▪ jízda na kole	3 %
▪ deskové hry, karty	3 %
▪ kutilství	3 %
▪ sport	3 %
▪ počítač (internet, ...)	3 %
▪ rybaření	2 %
▪ plavání	2 %

Pozn.: minimální četnost = 2 %

Zdroj: INESAN (N=724)

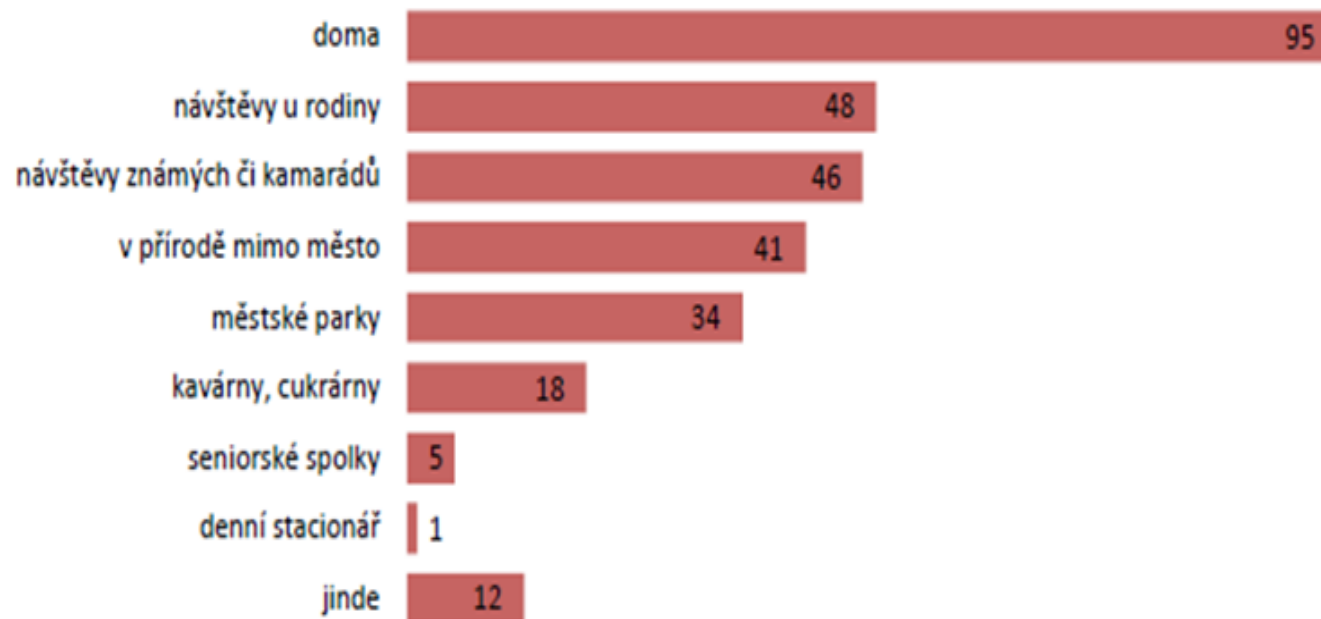
Schéma 6: Typické skupiny aktivit vykonávané respondenty ve volném čase (hierarchické shlukování)



Pozn.: Dendrogram je výstupem procesu hierarchického shlukování, který využívá Euklidovskou vzdálenost a je založen na Wardově metodě

Zdroj: INESAN (N=724)

Graf 25: Místa, kde tráví respondenti čas, když se věnují svým koníčkům a zálibám



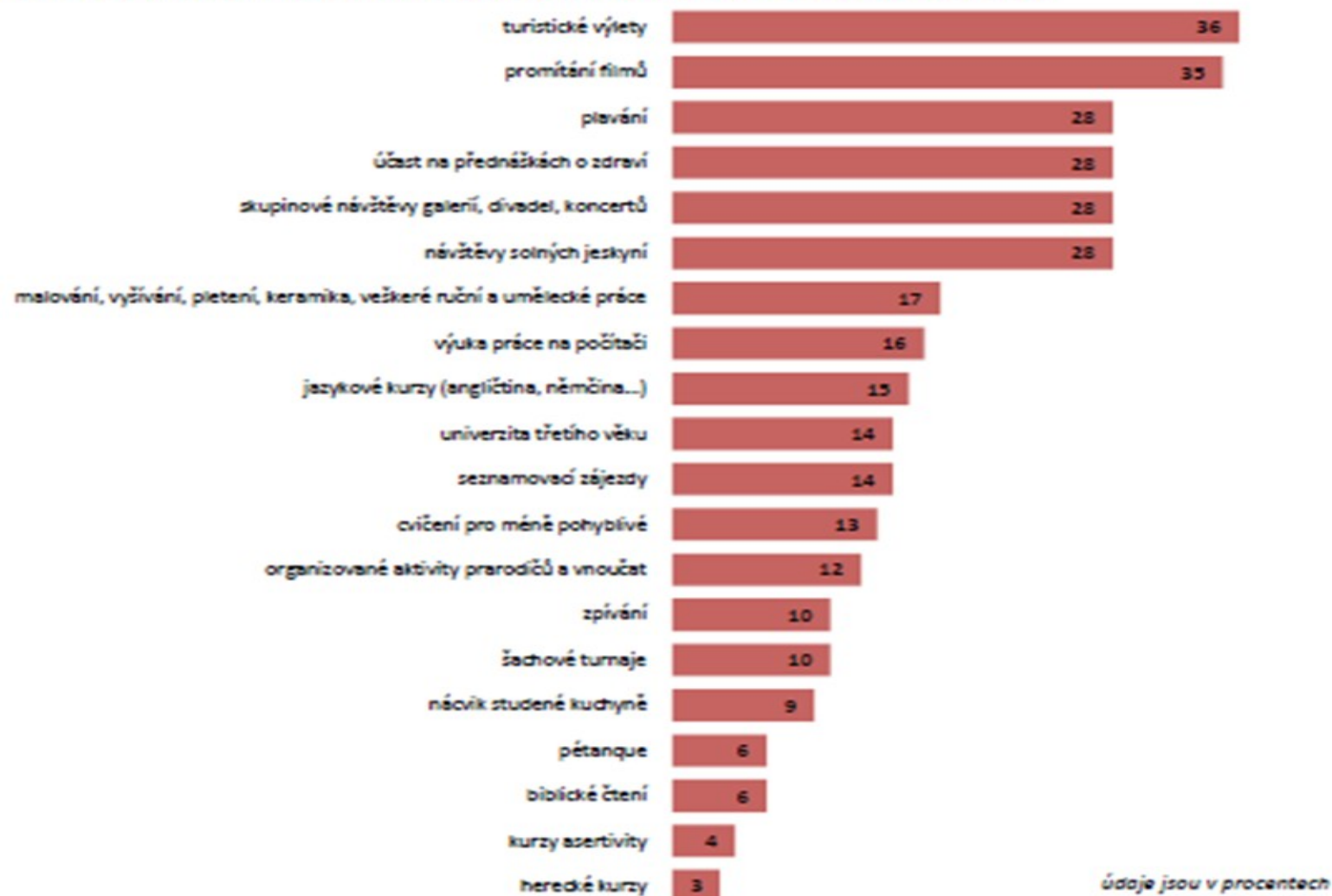
údaje jsou v procentech

Zdroj: INESAN (N=724)

Volnočasové aktivity – empirické šetření

- preference
 - pravidelnost
 - možnost účastnit se těchto aktivit spolu s lidmi ze svého sociálního okolí
 - aktivity, se kterými mají zkušenost (ostatně 82 % dotázaných by se rádo vrátilo k nějaké oblíbené činnosti, kterou provozovali v minulosti)
 - naopak o aktivity, které lze považovat za netradiční, mezi respondenty vysoký zájem není

Graf 27: Míra zájmu aktivních respondentů o jednotlivé volnočasové aktivity



Pozn.: Základ tvoří respondenti, kteří mají zájem o volnočasové aktivity (67 %).

Zdroj: INESAN (N=489)

Osoba, se kterou respondent tráví nejvíce volného času

	Je v domácnosti partner?		Total
	NE	ANO	
s manželem/manželkou	2.5%	75.2%	43.1%
s dětmi/vnoučaty	27.4%	11.2%	18.3%
s přáteli, kamarády	31.1%	7.4%	17.9%
se sousedy	7.5%	0.5%	3.6%
sám, sama	29.9%	5.0%	16.0%
s někým jiným	1.6%	0.7%	1.1%
Total	100.0%	100.0%	100.0%

Osoba, se kterou respondent tráví nejvíce volného času

	Věk respondenta				Total
	60-64	65-69	70-74	75-79	
s manželem/manželkou	51.7%	45.7%	36.0%	29.1%	43.1%
s dětmi/vnoučaty	17.2%	17.8%	19.9%	19.4%	18.3%
s přáteli, kamarády	17.6%	18.7%	19.3%	14.6%	17.9%
se sousedy	1.3%	3.2%	5.0%	7.8%	3.6%
sám, sama	11.8%	14.2%	17.4%	27.2%	16.0%
s někým jiným	0.4%	0.5%	2.5%	1.9%	1.1%
Total	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Nezájem o volnočasové aktivity

pohlaví		složení domácnosti	
muž	40.9%	1-person household	37.7%
žena	25.6%	2-person household	31.8%
místo bydliště		3+ person household	17.6%
Praha	34.9%	výše důchodu	
Ostrava	23.7%	méně jak 7 tis. CZK	19.0%
vzdělání		7 – 9 tis. CZK	32.5%
základní	44.2%	9 – 11 tis. CZK	28.6%
vyučení	34.9%	11 – 13 tis. CZK	32.6%
středoškolské	30.2%	více než 13 tis. CZK	45.4%
vysokoškolské	23.1%		
Total			32.5%

Doporučení pro decizní sféru

- zaměření se na orientaci seniorů v obci
- zvyšování informovanosti mezi seniory
- snižování či boření bariér, které senioři vnímají
 - cena, finanční situace, zdraví, životní zóny člověka
- mezigenerační programy
- vhodná nabídka volnočasových aktivit – **aktivizace seniorů**
- spolupráce s neziskovým i ziskovým sektorem
 - „chatter and natter“
- Sdílení dobré praxe
 - [Národní síť zdravých měst ČR](#)
 - [Města přátelská seniorům](#)
 - [World Health Organization](#)

Volnočasové aktivity – dobrá praxe

- 8 tematických oblastí volnočasových aktivit:
 - kulturní
 - poznávací/turistické
 - sportovní
 - vzdělávací
 - zdravotní
 - počítačové
 - jazykové
 - mezigenerační – prarodiče a vnoučata

Shrnutí

- důležité je zdraví
- senior musí mít smysl života, důvod potřeby
- problém nezvládnutí samoty – z toho pak pramení pasivita, rezignace, patologické změny
- místo a čas přizpůsobovat seniorům (možný doprovod se seniorem)
- nemít vyžadované členství,
- finanční a dopravní dostupnost
- zapojení do činností nejen seniory ale i jejich pečovatele
- aby aktivity nebyly výhradně „zábavné“



DIPEX

Zájmy a aktivity

Podpora rozvoje VA

- obec přátelská rodině, obec přátelská seniorům (poprvé 2017)
 - projekty 0,5-2mil. Kč/rok, celkem rozděleno 6 mil.
- dotační titul pro samosprávu – politika stárnutí (poprvé 2016)
 - rozděleno 14 mil. projekt pro kraje,
 - zřízení a provoz inf. a metodických center, akce seniorů, rozvoj občanských kompetencí, mezigenerační spolupráce a inf. a osvětová kampaň
- Rada vlády pro seniory a stárnutí populace
- EAPN – european anti poverty network
- krajský koordinátor projektu Politika stárnutí na kraji (2017)

Děkuji za pozornost

