

# **Vliv aktivizace na kvalitu života seniorů v pobytových službách (z pohledu uživatel)**

Vladimíra Marková

---

Bakalářská práce  
2010



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

**Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně**  
**Fakulta humanitních studií**  
**Ústav pedagogických věd**  
**akademický rok: 2009/2010**

## **ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

**(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)**

**Jméno a příjmení: Vladimíra MARKOVÁ**  
**Studijní program: B 7507 Specializace v pedagogice**  
**Studijní obor: Sociální pedagogika**

**Téma práce: Vliv aktivizace na kvalitu života seniorů  
v pobytových službách (z pohledu uživatele)**

**Zásady pro vypracování:**

**Zpracování rešerše a studium odborné literatury.**  
**Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti: poskytování sociální péče v pobytových zařízeních**  
**Příprava metodiky výzkumné části.**  
**Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovorů**  
**Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.**  
**Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.**

Rozsah práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

GRUSS, P. Perspektivy stárnutí. Praha: Portál 2009. ISBN 978-80-7367-605-6

HAŠKOVCOVÁ, H. Fenomén stáří. Praha: Panorama 1990. ISBN 80-7038-158-2

KALVACH, Z. Geriatrie a gerontologie. Praha: Grada 2004. ISBN 80-247-0548-6

STUART-HAMILTON, I. Psychologie stárnutí. Praha: Portál 1999.

ISBN 80-7178-274-2

SÝKOROVÁ, D. Autonomie ve stáří. Praha: Slon, 2007. ISBN 978-80-86429-62-5.

Vedoucí bakalářské práce:

**prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

**11. února 2010**

Termín odevzdání bakalářské práce:

**7. května 2010**

Ve Zlíně dne 11. února 2010

prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.  
*děkan*



Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.  
*ředitelka ústavu*

## **ABSTRAKT**

V bakalářské práci jsem se zaměřila na skupinu seniorů, kteří aktuálně využívají pobytových sociálních služeb. Cílem bylo uvedení do problematiky související se životem v rezidenčním zařízení a posouzení vlivu aktivizačních činností na život seniorů.

Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části jsem se zabývala vymezením následujících pojmů - stáří a stárnutí, aktivity a sociální služby určené pro seniory. Ve výzkumné části popisuji aktivizační činnosti provozované v domově pro seniory, ve kterém jsem následně prováděla výzkum (rozhovory). Pomocí rozhovorů s respondenty jsem zjišťovala vliv aktivizací na kvalitu jejich života v pobytovém zařízení.

Klíčová slova:

Stáří, senior, domov pro seniory, aktivizační činnosti, uživatel, klient, kvalita života

## **ABSTRACT**

In the final thesis I focused on a group of seniors who currently use residential social services. The aim was to introduce the problems of living in residential facilities and assess the impact of motivating activities for seniors. This thesis is divided into theoretical and practical parts. In the theoretical part I focused on defining these terms - old age and aging, activities and social services for seniors. In the practical part are described motivating activities carried on in a rest home, in which I subsequently conducted a survey (interviews). Through interviews with respondents was detected the effect of activating on the quality of life.

Keywords: senescence, old people, motivating activity, activation, user, client, quality of life

### Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala vedoucímu práce prof. PhDr. Vlastimilu Švecovi, CSc., za pomoc a cenné rady při zpracování mé bakalářské práce.

Poděkování dále patří uživatelům Domova pro seniory U Moravy, za ochotu a vstřícnost při realizaci výzkumu - rozhovorů.

*„U seniorů nejde o to, aby jejich život byl naplněn dny,  
ale aby dny byly naplněny životem.“*

*neznámý autor*

**Prohlašuji, že**

- 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;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k prezenčnímu nahlédnutí, že jeden výtisk bakalářské práce bude uložen v příruční knihovně Fakulty aplikované informatiky Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně a jeden výtisk bude uložen u vedoucího práce;
- byl/a jsem seznámen/a s tím, že 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;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 2 a 3 autorského zákona mohu užít 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);
- beru na vědomí, že pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tedy pouze k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- beru na vědomí, že pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

**Prohlašuji,**

- že jsem na bakalářské práci pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.
- že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

Ve Zlíně 27. dubna 2010



podpis diplomanta

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 výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

**OBSAH**

<b>ÚVOD.....</b>	<b>9</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>11</b>
<b>1 STÁŘÍ – SPECIFICKÉ OBDOBÍ V ŽIVOTĚ ČLOVĚKA.....</b>	<b>12</b>
1.1 ZMĚNY Z POHLEDU PSYCHOSOCIÁLNÍHO .....	13
<b>2 AKTIVIZACE SENIORŮ .....</b>	<b>15</b>
2.1 MOŽNOSTI AKTIVIZAČNÍCH PROGRAMŮ PRO SENIORY .....	15
2.1.1 Univerzita třetího věku.....	16
2.1.2 Akademie třetího věku .....	16
2.1.3 Univerzita volného času .....	16
2.1.4 TJ Sokol .....	17
2.1.5 Kluby seniorů .....	17
<b>3 SLUŽBY SOCIÁLNÍ PÉČE.....</b>	<b>18</b>
3.1 SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ.....	18
3.2 SLUŽBY SOCIÁLNÍ PÉČE .....	18
3.2.1 Pobytové služby pro seniory .....	19
3.3 SLUŽBY SOCIÁLNÍ PREVENCE .....	21
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>22</b>
<b>4 SOCIÁLNÍ SLUŽBY MĚSTA KROMĚŘÍŽE.....</b>	<b>23</b>
4.1 DOMOV PRO SENIORY U MORAVY.....	24
<b>5 DESIGN VÝZKUMU.....</b>	<b>35</b>
5.1 VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	35
5.2 TYP VÝZKUMU A JEHO METODY .....	35
5.3 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO VZORKU .....	36
<b>6. ZPRACOVÁNÍ INFORMACÍ ZÍSKANÝCH Z ROZHOVORŮ .....</b>	<b>41</b>
<b>7 SHRUTÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....</b>	<b>64</b>
7.1 OBDOBÍ ADAPTAČNÍ FÁZE .....	64
7.2 NAVAZOVÁNÍ A POSILOVÁNÍ SOCIÁLNÍCH KONTAKTŮ.....	64
7.3 MOŽNOST SPOLUROZHODOVÁNÍ.....	65
7.4 PŘÍNOS AKTIVIZAČNÍCH PROGRAMŮ.....	65
7.5 POZNÁVÁNÍ NOVÝCH AKTIVIT A ČINNOSTÍ .....	66
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>67</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>69</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....</b>	<b>70</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>71</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>76</b>



## ÚVOD

*„...otevření se problematice stáří nám umožní pochopit stáří v nás i kolem nás. Jedině tak poznáme spojitost a doceníme vzájemnou spjatost všech úseků života člověka. Respektovat kontinuitu života předpokládá vědět, že stáří je právě tak „jen“ závěrečnou etapou před koncem života, jako je v něm přítomno od jeho počátku, vědět, že o kvalitě svého stáří rozhodujeme a spolurozhodujeme celý život.“<sup>1</sup>*

Cílem mé práce není popisovat změny zdravotního, psychického stavu nebo úbytky sil u seniorů, naopak bych chtěla vyzvednout jednu etapu života a to období stáří. Lidský život můžeme připodobnit ke střídání čtyř ročních období - k jednomu kalendářnímu roku. Jaro – zrození a období dětství. Léto - mládí, období dospívání. Podzim - období zrání. Zima, období kdy se příroda ukládá ke spánku – stáří. Stáří bývá spojováno se strachem ze smrti. Jako bychom nechtěli přijmout skutečnost, že lidský život je časově omezen, začíná narozením a končí smrtí.

Kdy vlastně člověk začíná stárnout? Podle mého názoru, stárnutí začíná již dnem našeho narození. Tuto skutečnost si však nechceme připustit a s daným faktem se neumíme smířit. Žijeme v uspěchané době ovládané kultem mládí, zdraví a krásy, neumíme se zastavit, upřímně se z něčeho radovat, jsme zahlceni spoustou „vtíravých“ reklam na omlazovací prostředky a „zázračné“ výrobky. Média často prezentují stárnoucí populaci jako hrozbu pro příští generacím.

Kladu si otázku, jestli není lepší smířit se s tím, že pomalu, ale jistě stárneme? Vždyť stáří přece není nemoc, je to jedna z etap lidského bytí, kterou nám život nadělil. Tak jako máme rádi jaro, umíme se radovat z léta, obdivovat barevný podzim a kouzlo zimy, stejně tak stáří má svůj půvab a své kouzlo. Stačí se zamyslet se nad tím, že člověk s přibývajícím věkem zmoudřel, nabyl mnoho zkušeností, zastavil se, přehodnotil své priority a pohled na život. Často se ptáme, co může senior přinést mladší generaci? Odpověď je velmi jednoduchá, jedná se o životní zkušenosti a moudra. Senior má více času se věnovat vnoučatům, často jim chce vynahradiť i to, co z nedostatku času nezvládl u svých dětí.

---

<sup>1</sup> Haškovcová, H. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990, s. 19

Když se ohlédneme nazpět, do dob dávné historie, každá společnost řešila otázku spojenou se seniory způsobem sobě vlastním. Péče o postižené a staré lidi byla a je odrazem úrovně a vyspělosti lidské společnosti. V tradičních společnostech, kdy bylo stáří spojováno s moudrostí a úctou, rodiče vychovávaly své děti a ty posléze pečovaly o své rodiče. Později bylo poskytování služeb zajišťováno chudinskou péčí spravovanou církví. S rozvojem křesťanství přichází období tzv. charitativní, kdy se kláštery a kostely zhostily péče o staré a osamělé jedince.

Humanismus a renesance představuje období, kdy se společnost začala zabývat a hledat lidský poměr a přístup k lidem s odlišnými potřebami. Existence útulků a špitálů byla vytěsněna až po 2. sv. válce rozvojem sociálních služeb jako samostatné oblasti sociálního zabezpečení a to roku 1956, kdy vstoupil v platnost zákon č.55/1956 Sb. o sociálním zabezpečení.

V minulém století za socialistického zřízení společnost „uklízela“ své přestárlé spoluobčany do ústavů zřízených na okraji vesnic, o uživatelích bylo hovořeno, jako o obyvatelích, o které je nutno pečovat. Institucionalizace stavěla uživatele do role pasivního příjemce, do role pacienta, o jehož léčbě a následném životě rozhodoval zdravotnický personál spolu s lékařem.

S postupným vývojem v oblasti legislativy se rozvíjela i vlastní institucionální péče. Od roku 1989 celá naše společnost prošla řadou změn, které se promítly taktéž v sociální sféře. Transformací sociálních služeb úzce související s naplňováním práv uživatelů se role pasivního příjemce změnila na roli aktivního partnera. Snahou je začlenit člověka se zdravotním či sociálním znevýhodněním do běžného života. Je kladen důraz na respektování každé lidské osobnosti, uspokojování oprávněných zájmů a potřeb, uplatňování práv každé lidské bytosti, vyrovnání příležitostí uživatelů sociální služby.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 STÁŘÍ – SPECIFICKÉ OBDOBÍ V ŽIVOTĚ ČLOVĚKA

„Stáří je přirozeným obdobím lidského života a je vztahováno k životnímu období dětství, mládí a k době zralosti.“<sup>2</sup>

Stejně jako ostatní vývojová období lidského života i období stáří je mnohými autory děleno do několika časových mezníků. „Nejznámější periodizací období stáří najdeme v Příhodově Ontogenezi lidské psychiky.

Příhoda poslední fázi své periodizace nazývá senium a dělí ji do třech kategorií:

- *Senescence od 60 do 75 let (organismus je ještě odolný a stárnutí se projevuje v míře určené kvalitou zárodečné buňky, působením životosprávy a vnějšími vlivy)*
- *Kmetství od 75 do 90 let (výrazné snížení odolnosti organismu, rychleji postupující involuční změny, jedinec mění své hodnotové orientace)*
- *Patriarchium od 90 let (výrazná osamělost, úmrtí vrstevníků, objevuje se rezignace a očekávání konce)“<sup>3</sup>*

Další typy klasifikace stáří:

Odlišné dělení uvádí p. Švancara (1979):

- Stárnutí (presenium) od 46/48 let do 65 let
- Stáří (senium) od 65 let
- Vysoký věk od 75 let

Autor Nakonečný (1993) dělí stáří do dvou etap:

- Počáteční stáří od 60 do 75 let

---

<sup>2</sup> Haškovcová, H. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama, 1990, s. 59

<sup>3</sup> Čížková, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*, Olomouc, Univerzita Palackého v Olomouci, 1999, s. 129

- Pokročilé stáří od 75 let

Světové zdravotnické organizace (WHO) stáří dělí na tato období:

- rané stáří, vyšší věk (mladí senioři) 60 – 74 let
- pokročilý věk, vlastní stáří (senioři) 75 – 89 let
- dlouhověkost (zralí senioři) 90 a více let

## 1.1 Změny z pohledu psychosociálního

Stárnutí se projevuje řadou psychosociálních změn, které se u seniora odráží na jeho hodnotové orientaci, názorech a životním postoji.

S klesající potřebou životních změn úměrně stoupá potřeba jistoty, senior se více koncentruje na vlastní potřeby. Snižují se kompetence jedince, což se v konečném důsledku projevuje jako rezignace či apatie. V tomto období života převyšuje touha po klidu a pohodě. Odchodem do starobního důchodu a ztrátou sociálních kontaktů stoupá pocit prázdnoty a potřeba seberealizace. Dále dochází ke změně sociálních rolí, děti odchází z domova, zakládají si vlastní rodiny. Důležitými kontakty se pro seniora stávají kontakty s vrstevníky, u nichž hrají velkou roli nabyté životní zkušenosti, podobné problémy.

U seniorů často nastává situace spojená s pocitem nepochopení mladší generací, situace, kdy nestačí tempu, což vede až k frustraci. K této skutečnosti přispívají problémy spojené se zrakem a sluchem, což u starého člověka vzbuzuje dojem, že dnešnímu světu, zcela odlišnému od jejich, nerozumí. Přichází strach z osamělosti, bezmoci, nemoci, opuštěnosti a smrti. Problém činí navazování nových kontaktů, neboť s postupným přibýváním let se okruh známých či přátel zmenšuje, mnohdy dojde ke ztrátě životního partnera, což přímo úměrně prohlubuje osamělost, uzavřenost a opuštěnost. Zdravotní problémy nebo úrazy navozují u starého člověka pocity nemohoucnosti a odkázanosti na pomoc jiné osoby. Stoupá riziko vzniku závislosti na jiné osobě či organizaci.

Stejně jako existují změny psychické a biologické, objevují se i v oblasti sociální. Sociální stárnutí provází několik změn. Za tu nejdůležitější by se dal považovat odchod z aktivního pracovního života do starobního důchodu. Tento přechod je spojen s určitými změnami, které mohou život člověka velmi ovlivnit - mění sociální role, které člověk do té doby zastával, životní způsob i ekonomické zajištění. Člověk je často zařazen do nepopulární

skupiny důchodců, kteří jsou v dnešní době stále společností viděni negativně. Mnohdy je s tímto pojmem spojen obraz neproduktivního a neaktivního člověka, který je pro společnost jen přítěží. Musíme si však uvědomit, že stáří k nám nepřichází ze dne na den a nepostupuje u každého stejně rychle. Proto bychom neměli stáří brát jen jako konečné období života, ale zaměřit se na hledání nových rolí a možností, jak aktivně trávit svůj volný čas.

Odchod do důchodu však není jedinou změnou, se kterou se musí starý člověk vyrovnat. Mezi další velké změny, se kterými se senior musí vyrovnat, patří například odchod dětí z domova, narození vnoučat, s čímž souvisí nové role babičky nebo dědečka. Dalšími zásadními změnami mohou být smrt partnera a blízkých lidí. Se změnami biologickými a fyzickými bývá omezena samostatnost, přibývá stále větší potřeba něčí pomoci. Nastává období, kdy se starší lidé stěhují do různých typů rezidenčních zařízení (např. domovy pro seniory, penziony pro seniory, apod.), popřípadě navštěvují denní stacionáře tzv. domovinky, aby nezůstávali sami doma, pokud jim rodina nemůže poskytnout celodenní péči.

## 2 AKTIVIZACE SENIORŮ

*„Starý člověk by měl zůstat plnohodnotným členem společnosti s důrazem na kontinuitu života a začlenění do sociálních skupin a sítí. Měl by mít možnost zachovat si nebo získat takové role, jež dávají jeho životu smysl.“<sup>4</sup>*

Aktivizací rozumíme veškeré činnosti, které slouží člověku k uspokojení jeho potřeb, jejím cílem je nalézt takové činnosti, které napomáhají předcházení sociálnímu vyloučení. Aktivizace seniorů nejenže přispívá, ale i přináší pocit uspokojení ze smysluplně využitého času, přináší každému jedinci pocit potřebnosti a vlastní užitečnosti.

Jedná se o činnosti vycházející z běžného života, měly by být natolik motivující, aby seniora rozvíjely a sloužily k smysluplnému vyplnění volného času. Smyslem každé aktivizace by mělo být maximální využití získaných návyků a dovedností jedince, vždy s přihlédnutím na možnosti, schopnosti a případné zdravotní omezení. Aktivizace u seniorů by v sobě měla zahrnovat jak psychickou, tak i fyzickou stránku každého jedince, neboť činnosti vedoucí k překonání pocitu prázdnoty, navození pocitu spokojenosti ovlivňují duševní zdraví a pohodu. Taktéž slouží k posilování a navazování společenských kontaktů. Všechny činnosti by měly být zaměřeny na silné stránky jedince, měly by snižovat úzkost a depresi ze zdravotních nebo sociálních situací, do kterých se starý člověk dostává.

### 2.1 Možnosti aktivizačních programů pro seniory

Aktivizační programy slouží seniorům k neustálému ověřování vlastních schopností, možností a zájmů. Zabraňují tak stagnaci a chátrání především duševního stavu člověka. Slouží k rozvoji či udržení osobních a sociálních schopností a dovedností. Podporují jejich sociální začleňování. Kvalitní aktivizační program je důležitý pro fyzický i duševní stav seniorů, poskytuje nutnou dávku fyzické činnosti, adekvátní mentální stimulaci a příležitost pro seznamování zejména s vrstevníky a společenský život. Aktivizační

---

<sup>4</sup> Matoušek, O. *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005, s. 175

programy mohou pomoci při hledání cesty ze sociální izolace k aktivnímu začlenění do společnosti.

V následujících podkapitolách některé z aktivizačních programů pro seniory přiblížím.

### **2.1.1 Univerzita třetího věku**

V rámci celoživotního vzdělávání poskytuje Univerzita třetího věku seniorské populaci vzdělávání na vysokoškolské úrovni. Podmínkou nutnou k zahájení studia je ukončené středoškolské vzdělání. Výuka probíhá v semestrech a plán výuky je schvalován univerzitou. Po úspěšném splnění semestrů, které je spojeno se zpracováním závěrečné seminární práce, jsou účastníkům vydávána osvědčení o absolvování daných předmětů. Délka výuky činí 1-3 roky. Studenti vlastní indexy, lektoři z řad vysokoškolských pracovníků vedou evidenci. Absolventi se mohou účastnit slavnostní promoce spojené s předáváním souhrnného osvědčení.

### **2.1.2 Akademie třetího věku**

Lidem už dávno odrostlým školním lavicím se otevírá další šance na vzdělání. Jedná se o cyklus přednášek zaměřených např. na region, historii, literaturu, zdraví apod. Zaregistrovaní akademici získávají diplomy. Seniorům, kteří se z různých důvodů (zdravotní potíže, nedostupnost) nemohou účastnit prezenční výuky, je v dnešní době nabízena možnost vzdělávání v podobě virtuálních kurzů. Výhodou daného typu výuky je možnost vzdělávání např.: v klubech seniorů, v domovech pro seniory, v knihovnách, v místech, kde je zajištěna dostupnost internetu. Výuka může být koordinována samotným seniorem, dobrovolníkem, pracovníkem knihovny apod.

### **2.1.3 Univerzita volného času**

*„Univerzity volného času ve srovnání s univerzitami třetího věku nejsou věkově segregované, naopak jsou mezigenerační a mají silnou sociální orientaci. Matky na mateřské dovolené, invalidní a starobní důchodci a nezaměstnaní lidé produktivního věku neplatí kurzovné, ale jen symbolické zápisné....“*



*První univerzitu volného času v České republice založila inženýrka Dana Steinová v roce 1993 jako svůj osobní příspěvek k Evropskému roku seniorů a ke zlepšení porozumění mezi generacemi.*<sup>5</sup>

#### **2.1.4 TJ Sokol**

TJ Sokol je jedním z nejstarších tělocvičných spolků. Za jeho zakladatele byli považováni p. Tyrš a p. Fügner. V současnosti patří k moderním organizacím takzvaného „sportu pro všechny“. Přitažlivost Sokola pro široké vrstvy občanů spočívá v tom, že zde mají přístup k tělocviku bez rozdílu věku, postavení či tělesné zdatnosti. Sokolský program nabízí nejen cvičení na náradí, ale také téměř všechny známé i méně známé sporty, různé pohybové aktivity, pobyt v přírodě a kulturně společenskou činnost.

TJ Sokol nabízí širokou škálu pohybových programů i pro seniory. Jedná se o kondiční tělesné cvičení, zdravotní tělesné cvičení, orientální tance, jógu, cvičení pro ženy na overballech a gymballech. V rámci organizace TJ Sokola se senioři mohou aktivně účastnit i dálkových pochodů.

Sokol vždy razil heslo „V zdravém těle zdravý duch“.

#### **2.1.5 Kluby seniorů**

Kluby seniorů slouží k setkávání osob (vrstevníků) v seniorském věku. Náplní bývají různé přednášky, kulturní, sportovní a společenské akce. Prostřednictvím klubových setkání mají senioři možnost se vyjadřovat k situacím a životu v obci (městě), mají možnost dávat své podněty, náměty a připomínky zástupcům a představitelům v místě bydliště. Senioři se tímto způsobem mohou i nadále podílet na společenském dění a životě vůbec.

---

<sup>5</sup> Klevetová, D. *Motivační prvky při práci se seniory*, Praha: Grada, 2008, s. 53

### 3 SLUŽBY SOCIÁLNÍ PÉČE

Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách vymezuje pojem sociální služby. Jedná se o pomoc a podporu osobám, kterým hrozí riziko sociálního vyloučení, osobám vyžadujícím pomoc při začleňování do společnosti a taktéž slouží jako prevence sociálního vyloučení. Každá sociální služba by měla vycházet z individuálních potřeb cílové skupiny, měla by klást důraz na soběstačnost a samostatnost každého jedince a být vždy poskytována v souladu s lidskými právy.

Sociální služby představují (dle §32):

- sociální poradenství
- služby sociální péče
- služby sociální prevence

Dle místa poskytování služeb se sociální služby dělí na ambulantní, pobytové a terénní. Pod pojmem ambulantní sociální služby si představíme služby, které nejsou spojeny s ubytováním uživatele, tzn., že uživatel za službou dochází. Pod pobytové služby zahrnujeme typ služby spojený s ubytováním uživatele v sociálním zařízení. Terénní služba je naopak poskytována v přirozeném prostředí uživatele, tzn., že v tomto případě dochází poskytovatel sociální služby do uživatelova domácího prostředí.

#### 3.1 Sociální poradenství

Sociální poradenství v sobě zahrnuje poskytnutí potřebných informací k zachování důstojných podmínek života každého jedince. Cílem poradenství je zmírnění nebo odstranění dopadu nepříznivé životní situace. Dělí se na základní sociální poradenství (poskytnutí základních informací týkajících se různých druhů sociálních služeb) a odborné sociální poradenství (např. poradny pro seniory)

#### 3.2 Služby sociální péče

Zákon 108/2006 Sb. definuje služby sociální péče následovně: „*Služby sociální péče napomáhají osobám zajistit jejich fyzickou a psychickou soběstačnost, s cílem umožnit jim*

*v nejvyšší možné míře zapojení do běžného života společnosti, a v případech, kdy toto vylučuje jejich stav, zajistit jim důstojné prostředí a zacházení.“<sup>6</sup>*

#### **Zařízení sociálních služeb zajišťující péči seniorům:**

- centra denních služeb
- denní stacionáře
- domovy pro seniory
- domovy se zvláštním režimem
- odlehčovací služby
- osobní asistence
- pečovatelská služba
- noclehárny

#### **3.2.1 Pobytové služby pro seniory**

Pobytové služby poskytovány v domovech pro seniory a domovech se zvláštním režimem (určené pro klienty s různými typy demencí) jsou hrazené klientem.

#### **Domovy pro seniory**

*„V domovech pro seniory se poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.*

*Služba podle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti:*

*poskytnutí ubytování*

*poskytnutí stravy*

*pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu*

*pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu*

---

<sup>6</sup> Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách, §38

*zprostředkování kontaktu se společenským prostředím*  
*sociálně terapeutické činnosti*  
*aktivizační činnosti*  
*pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.*<sup>7</sup>

### **Domovy se zvláštním režimem**

*„V domovech se zvláštním režimem se poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, a osobám se stařeckou, Alzheimerovou demencí a ostatními typy demencí, které mají sníženou soběstačnost z důvodu těchto onemocnění, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby. Režim v těchto zařízeních při poskytování sociálních služeb je přizpůsoben specifickým potřebám těchto osob.*

*Služba podle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti:*

- a) poskytnutí ubytování,*
- b) poskytnutí stravy,*
- c) pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,*
- d) pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu,*
- e) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,*
- f) sociálně terapeutické činnosti,*
- g) aktivizační činnosti,*
- h) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.*<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách, §49

<sup>8</sup> Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách, §50

### 3.3 Služby sociální prevence

*„Služby sociální prevence napomáhají zabránit sociálnímu vyloučení osob, které jsou tímto ohroženy pro krizovou sociální situaci, životní návyky a způsob života vedoucí ke konfliktu se společností, sociálně znevýhodňující prostředí a ohrožení práv a oprávněných zájmů trestnou činností jiné fyzické osoby. Cílem služeb sociální prevence je napomáhat osobám k překonání jejich nepříznivé sociální situace a chránit společnost před vznikem a šířením nežádoucích společenských jevů.“<sup>9</sup>*

Zákon vymezuje služby sociální prevence pro seniory: telefonická krizová pomoc, krizová pomoc, sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, sociální rehabilitace.

---

<sup>9</sup> Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách, §53

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 SOCIÁLNÍ SLUŽBY MĚSTA KROMĚŘÍŽE

Poskytování sociálních služeb v regionu Kroměříže je spojeno s rokem 1965, kdy zahájila svou činnost Okresní správa ústavů sociální péče Kroměříž. O něco později, přesně v roce 1974 došlo k přejmenování na Okresní ústav sociálních služeb v Kroměříži. Úlohu zřizovatele ve výše dvou zmíněných případech zastával Okresní úřad Kroměříž. Rok 2003 s sebou přináší změnu zřizovatele, kterým se stává Krajský úřad Zlín a taktéž vzniká i nový název Sociální služby Kroměříž. Od roku 2004 přebírá úlohu zřizovatele Město Kroměříž a od stejného data Sociální služby Kroměříž nesou název - Sociální služby města Kroměříže. Ať už za dobu svého trvání a působení nesly sociální služby jakýkoliv název a několikrát se změnil zřizovatel, vždy bylo hlavním cílem zajistit plnohodnotný život handicapovaným. V současné době je kladen hlavní důraz na snížení nebo úplné odstranění rizika sociální exkluze a naopak zvýšení sociální interakce.

V současné době pod Sociální služby města Kroměříže spadají tato zařízení:

- Domov pro seniory U Moravy
- Domov pro seniory U Kašny
- Domov pro seniory Vážany
- Domov se zvláštním režimem Strom života
- Domov pro osoby se zdravotním postižením Barborka

## 4.1 Domov pro seniory U Moravy

### MOTTO:

*„Dbejme na to, aby nám stáří neudělalo vrásky na duši, když nám je dělá na tváři.“*

### „ Poslání

- *podpora, udržení a prohloubení soběstačnosti a tím zároveň snížení rizika závislosti na poskytované službě*
- *udržení kvality života a dosavadní síť sociálních vztahů, respektive spoluvytváření nových*
- *zamezení sociálnímu vyloučení*

### Cíle

*Vytvoření prostředí splňující podmínky pro plnohodnotný a přirozený způsob života dle individuálních a zároveň reálných potřeb uživatelů.*

### Cílová skupina

*Poskytujeme pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost zejména z důvodu věku, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby.*

### Komu není služba určena

- *osobám, jejichž zdravotní stav vyžaduje léčení v lůžkovém či jiném zařízení*
- *osobám závislým na jakýchkoliv návykových látkách*
- *osobám s duševní poruchou, jejíž projevy by v důsledku narušovaly klidné soužití*

### Principy

- *péče poskytovaná na základě individuálních potřeb a přání uživatelů*
- *práce v našem zařízení je týmová*



- *zachování kontaktu a spolupráce s rodinou, přáteli*
- *snaha zařízení je poskytovat služby odborným, vyškoleným a tím kvalifikovaným personálem*
- *partnerské jednání bez náznaku diskriminace*
- *respektování soukromí, zachování důstojnosti, dodržování práv uživatelů*
- *přizpůsobení služeb potřebám klientů*
- *právo uživatelů i personálu vyjadřovat se k chodu zařízení.* <sup>10</sup>

### **Poskytované služby**

*Poskytování služby vychází ze zákona 108/2006 Sb., Standardů kvality sociální péče a plně korespondují s cílem a posláním zařízení. Je kladen důraz na zachování lidské důstojnosti, dodržování lidských práv. Snahou zařízení je posilování společenských a sociálních kontaktů, zvyšování samostatnosti, což v důsledku vede ke snižování závislosti na poskytované službě.*

Domov pro seniory U Moravy Kroměříž je zařízení moderního typu (obr. 1,2, 3). Služby uživatelům poskytuje od března 2000, současně se dvěma stávajícími domovy pro seniory, domovem se zvláštním režimem a domovem pro osoby se zdravotním postižením je součástí komplexu Sociálních služeb města Kroměříže. Domov byl postaven na břehu řeky Moravy v panelové zástavbě. V blízkosti domova se nachází městský park s možností posezení na lavičkách. Domov zaujímá velmi výhodnou pozici pro uživatele z důvodu dostupnosti MHD, autobusového a vlakového nádraží, Kulturního domu, obchodů a občůdků, cukrárny i pohostinství. V areálu mají uživatelé k dispozici kadeřnictví, pedikúru, tělocvičnu, občerstvení, stomatologickou ordinaci, kapli a kuřárnu. Kapacita zařízení činí 136 lůžek.

Služby jsou poskytovány na základě písemné smlouvy mezi poskytovatelem a uživatelem. Výše finanční úhrady se odvíjí od kategorie pokoje a druhu diety.

Pokud se v zařízení uvolní místo, je informována sociální pracovnice SSmK. Pracovnice na základě pořadníku osloví žadatele a v případě projevení zájmu, ho seznámí s prostředím

---

<sup>10</sup> <http://www.sskm.cz/zarizeni.asp?zarizeniid=3>

zařízení, poskytovanými službami. Zájemci je na základě předchozí domluvy umožněno se seznámit s prostory domova a vnitřními předpisy zařízení (domácí řád, úhrady). Po nástupu do zařízení je na uživateli rozhodnutí, zda si změni adresu trvalého bydliště. V případě, že se uživatel pro změnu rozhodne, sociální pracovníce mu je nápomocna při jednání na úřadech.

Uživatelé jsou seznamováni se všemi událostmi, změnami a „novinkami“ prostřednictvím výboru uživatelů, kde mohou vznášet své připomínky a náměty. Dále je uživatel seznamován s právy a povinnostmi svým klíčovým pracovníkem.

Pohyb v zařízení s výjimkou provozních prostor a mimo objekt, je volný a časově neomezený. V případě požadavku imobilního uživatele individuální vycházky nebo potřeby vyřízení soukromé záležitosti, je toto řešeno po domluvě doprovodem personálu, dobrovolníků nebo studentů vykonávajících odbornou praxi. U uživatelů, kterým hrozí při opuštění zařízení nebezpečí (dezorientace, silniční provoz) je vzhledem k rizikům vypracován plán s uvedenými rizikovými faktory a situacemi, které mohou být pro uživatele ohrožujícími. Domácí řád stanovuje dobu uzamykání vchodů domova, v zařízení je zřízena vrátnice, která je v provozu po celých 24 hodin. Uživatelům je tedy umožněn odchod i návrat do zařízení v kteroukoliv denní i noční hodinu.

Návštěvy u uživatelů jsou během dne časově neomezené. Návštěvy mají možnost využít pokoj uživatele, společné prostory domova nebo zřízenou návštěvní místnost. Telefonický kontakt mají uživatelé zajištěn telefonním automatem v přízemí budovy. Kontakt ležícím uživatelům lze zajistit přes signalizační zařízení.

Oslovování uživatelů je řešeno již při nástupu do zařízení, kdy si uživatel sám stanoví způsob, jakým si přeje být oslovován. Každý uživatel v zařízení má právo na ohleduplné zacházení a je kladen důraz na zachování jeho soukromí. Ve všech situacích je třeba přistupovat s empatií a porozuměním.

Otázka společného soužití je řešena individuálně. Zařízení respektuje a akceptuje rozhodnutí uživatelů, kteří se rozhodli pro společné soužití.

Z důvodu předcházení porušování soukromí uživatelů, si každý uživatel stanoví sám, zda si přeje kontrolu personálu v nočních hodinách, uklízení pokoje v době své nepřítomnosti nebo kontrolu pokoje v případě náhlé hospitalizace nebo v době dovolenky (úklid potravin podléhající zkáze, zalévání květin). Pokud je vstup personálu do pokoje v nepřítomnosti

uživatele nutný z důvodu vzniku havarijní situace, děje se tak vždy v přítomnosti dvou zaměstnanců.

Zpracování osobních citlivých údajů jednotlivce je podloženo podpisem uživatele a uloženo u sociální pracovnice. Nakládání a manipulaci s osobními a citlivými údaji řeší standard č. 6 v souladu se zákonem.

S připomínkami, podněty a stížnostmi se uživatelé mohou obracet jak na vedoucího zařízení nebo zástupkyni (sociální pracovnice), tak i kteréhokoliv pracovníka zařízení nebo využívat schránky na písemné stížnosti. Každá stížnost je evidována u vedoucího zařízení a řešena ve stanovené 28 denní lhůtě (st. č. 7). Se stížností i řešením je seznámen výbor uživatelů a členové tyto informace předávají uživatelům na jednotlivých poschodích. Pro uživatele byly vypracovány anonymní dotazníky zaměřené na spokojenost poskytované péče, veškeré připomínky, stížnosti ze strany uživatel, rodinných příslušníků směřované k poskytovaným službám slouží ke zvýšení kvality poskytovaných sociálních služeb.

## **Bydlení**

136 uživatel je ubytováno ve 2 třílůžkových, 32 dvoulůžkových a 66 jednolůžkových pokojích se sociálním zařízením. Soukromí ve více lůžkových pokojích je zajištěno používáním paravánů. Ubytovací prostory jsou rozděleny na 2 části – oddělení A, kde jsou uživatelé vyžadující zvýšenou péči a na oddělení B, kde bydlí uživatelé soběstačnější. Na tomto oddělení mají uživatelé k dispozici vlastní kuchyňskou linku s vařičem a chladničkou, které jsou zde zřízeny v rámci každého pokoje.

Budova je vybavena moderním a účelným nábytkem, ale je na zvážení uživatele, zda si svůj pokoj dovybaví bytovými doplňky a drobnými kusy nábytku přineseného z místa předchozího bydliště. Používání vlastních elektrospotřebičů (TV, rádio, mikrovlnná trouba) na pokoji je úplnou samozřejmostí. Všichni uživatelé vlastní klíč od svého pokoje. Uživatelé mají dále možnost si uložit potraviny v chladničce nebo ohřát jídlo ve společné kuchyňce na každém patře. Na každém oddělení části A i B je zřízena společná koupelna s vanou pro zvýšení pohodlí uživatele při hygienickém úkonu.

## **Stravování**

Stravu uživatelům a personálu zajišťuje centrální kuchyně zařízení. Každé poschodí má svoji společnou jídelnu (obr. 5,6) sloužící uživatelům jak ke stravování, tak i k účelům jako jsou společenské akce, sportovní soutěžení, stolní hry atd.

Uživatelům je připravována strava s ohledem na jejich dietní omezení. Lékař pouze naordinuje dietu vzhledem k jeho onemocnění, pokud uživatel dietní režim nechce dodržovat a odmítá ho, je personálem seznámen se všemi možnými vyplývajícími riziky. Dodržování dietního omezení je na zvážení každého uživatele.

Ke stravě se uživatelé vyjadřují prostřednictvím stravovací komise, která se schází s vedením zařízení jedenkrát za měsíc. Uživatelé mají možnost se podílet na sestavování jídelníčku, vyjadřovat se ke stravě a stravovacímu provozu prostřednictvím stravovací komise složené ze zástupců každého patra.

## **Přímá obslužná péče**

Úsek přímé obslužné péče metodicky vede, koordinuje činnost vedoucí obslužné péče. Obslužnou péči zajišťuje 32 pracovníků v sociálních službách.

V přímé péči je kladen důraz na dodržování soukromí, zachování intimity uživatelů a dodržování práv a zájmů uživatelů ze strany personálu.

Pracovníci napomáhají uživatelům nejen při úkonech spojených o vlastní osobu (provádění toalety, dopomoc při podávání stravy, doprovody k lékařům), ale stěžejní náplní je zajišťování sociálně terapeutických aktivit.

Veškeré činnosti vychází z plánů a jsou zaměřeny na udržení a podporu sociálních kontaktů, snížení rizika závislosti na poskytované službě.

Pracovníci v přímé péči zastávají funkci tzv. klíčového pracovníka, ten je uživateli přiřazen po nástupu do domova. Uživatel i pracovník může kdykoliv požádat o změnu. Klíčoví pracovníci na základě zjištěných uživatelových potřeb ho motivují a podporují k naplňování stanovených osobních cílů. Úlohou klíčového pracovníka je vést povinnou dokumentaci a podílet se na týmové spolupráci v rámci zajištění komplexní péče o uživatele.

### **Zdravotní péče**

Vedoucí zdravotního úseku spolu se čtyřmi registrovanými všeobecnými sestrami zodpovídá za poskytování péče o uživatele po zdravotní stránce.

Preventivní a léčebná péče je poskytována a zajišťována privátními lékaři, uživatel může využít služeb lékaře v domově nebo si ponechat lékaře dosavadního. V zařízení je dále zabezpečena péče stomatologa a odborného lékaře (psychiatra). Lékaři dochází do zařízení pravidelně jedenkrát až dvakrát týdně, nebo dle potřeb uživatel. Samozřejmostí je svobodná volba lékaře - každý uživatel se rozhoduje sám, zda využije služeb lékaře docházejícího do zařízení nebo zda využije služeb jiného lékaře.

### **Aktivizační činnosti**

Zařízení si klade za cíl udržení kvality života uživatele, tzn. udržení soběstačnosti v oblasti sebeobsluhy (stolování, hygiena), zachování získaných návyků, dovedností a neprohlubování závislosti na poskytované službě (procvičování jemné a hrubé motoriky, kondiční cvičení). Neméně důležitá je podpora a rozvíjení estetického cítění uživatelů, péče o psychosociální stránku uživatele.

Činnost probíhá na základě ročního, měsíčního a týdenního plánu. Při sestavování těchto plánů jsou nápomocni všichni pracovníci. Aktivizace je prováděna jak skupinově, tak i individuálně s ohledem na požadavky, schopnosti a přání uživatele. Volnočasové aktivity jsou nabízeny všem uživatelům bez rozdílu schopností.

Mezi pravidelné aktivity patří relaxace (obr. 4), kondiční cvičení. Největší oblibě se těší pracovní terapie, kdy se uživatelé "zapojují do práce pro kuchyni" (loupání česneku, hrachu, čištění zeleniny). Uživatelům je k dispozici knihovna, tělocvična, pracovní terapie. V odpoledních hodinách je prováděna aktivizace převážně s uživateli závislejšími na poskytovaných službách. K veškerým aktivitám je využíváno prostor domova, uživatelům je k dispozici klubovna, jídelny, místnost pracovní terapie, tělocvična, terasa, nádvoří.

Duchovní potřeby jsou zajišťovány konáním mší přímo v kapli (obr. 8), návštěvami kněze u uživatelů a samozřejmostí jsou návštěvy kostelů samotnými uživateli.

## Ergoterapie

*„Člověk je aktivní bytost, která se vyvíjí pod vlivem činností, které vykonává. Jestliže je využita kapacita její vlastní motivace, lidská bytost je schopna prostřednictvím těchto činností ovlivňovat své fyzické a psychické zdraví a měnit sociální a fyzické prostředí, které ho obklopuje. Ergoterapie je založena na předpokladu, že smysluplná činnost (zaměstnání) zahrnují interpersonální vazby a vztahy s prostředím, může být použita k prevenci a ovlivňování dysfunkce a k dosažení maximální adaptace.“<sup>11</sup>*

V pracovní terapii je kladen důraz na seberealizaci, posílení sebevědomí uživatel a smysluplné využití dne. Výrobky pracovní terapie slouží k výzdobě zařízení a k prezentaci zařízení při konání prodejních výstav, jarmarků. V rámci pracovních terapií jsou uskutečňovány „pracovní dopoledne“ s pečením perníčků, závinů, nebo pomocné domácí práce, kdy se uživatelé „zapojují do práce pro kuchyni“. V rámci pracovní terapie mají uživatelé možnost navštěvovat kroužek keramiky, tkaní a ruční práce (obr. 7).

## Trénink paměti

Trénink paměti v sobě zahrnuje procvičování psaní a s tím související procvičování jemné motoriky, s uživateli jsou prováděny operace s čísly, úkoly zaměřené na oblast logiky a úlohy spojené s podporou a rozvíjením fantazie a rozumové oblasti.

V rámci tréninku paměti probíhají různé vědomostní soutěže (Kolotoč, Milionář) a Malá maturita. Jedná se o cyklus přednášek na různá témata a v měsíci červnu uživatelé „maturují“, což ve své podstatě znamená, že je uspořádána beseda, na níž se opakují probraná témata a jsou uživatelům pokládány otázky, na které mají možnost odpovídat výběrem z nabízených možností. Na závěr je uživatelům předáno osvědčení o účasti.

Při práci s uživateli postižených demencí jsou cíleně vytvářeny skupinky o dvou až šesti uživateli. Činnost zde musí trvat přiměřeně dlouhou dobu, aby uživatele neobtěžovala a nevyvolávala pocit stresu a strachu. Samozřejmě, že cílená činnost musí být řádně

---

<sup>11</sup> Müller, O. *Terapie*, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005, s. 252

promyšlena a naplánována tak, aby dovedla uživatele zaujmout. U dané cílové skupiny uživatel je kladen důraz na vhodnou motivaci a komunikaci ze strany personálu.

### **Sportovní vyžití**

Velkým přínosem podpory a iniciace v oblasti sportovního vyžití je udržení nebo zvýšení tělesné kondice. Pohyb napomáhá uvolnění duševního napětí, zkvalitňuje spánek, udržuje člověka v přijatelné kondici. Napomáhá a vede k nezávislosti na poskytované službě, což se v konečném důsledku projeví na kvalitě života uživatele.

Naopak rizikem pro uživatele se stává situace, kdy pracovník vykonává úkony a činnosti za uživatele, čímž dochází ke snížení soběstačnosti a zvýšení závislosti na poskytované službě.

V rámci udržování soběstačnosti a schopnosti uživatelů do zařízení dochází 3x týdně rehabilitační pracovník.

Velké oblibě se těší kondiční cvičení spojené s míčkováním a cvičení při hudbě. Taktéž uživatelé využívají v rámci aktivizace tělocvičnu s pomůckami pro zlepšení jak hrubé, tak jemné motoriky, nácviku chůze atd.

V zařízení probíhají sportovní hry pro seniory, turnaje v kuželkách, pétanque, šipkách. K dispozici je kulečnickový stůl. Při setkáních seniorů na sportovních hrách seniorů konaných a vyhlášených ročně některým ze zařízení pro seniory, mají uživatelé možnost nejen si v rámci svých schopností a sil zasportovat, ale také navazovat nové kontakty a přátelství. K tradičním sportovním soutěžím pořádaných v rámci Sociálních služeb města Kroměříže patří Hry bez hranic a Zimní sportovní hry pořádané na sv. Hostýnu. Ve spolupráci s výborem uživatel jsou zajišťovány zájezdy jak pro mobilní, tak i imobilní uživatele.

### **Arteterapie**

*„Arteterapiu so seniormi rozpracovala Langartenová. U tejto populácie je arteterapia aplikovaná pri cvičení ktrátkodobej pamäte, pre posilnenie vlastnej hodnoty, jako pomôcka rehabilitácie jemnej motoriky.“<sup>12</sup>*

---

<sup>12</sup> Müller, O. *Terapie*. Olomouc:Univerzita Palackého v Olomouci, 2005, s. 71

V arteterapii se seniory je důležitá práce se vzpomínkami, neboť na základě poznatků získaných prostřednictvím informací od uživatele lze získat ucelený obraz o jeho životě, návycích a rituálech.

*„Bylo prokázáno, že práce se vzpomínkami zlepšuje psychický, funkční a zdravotní stav seniorů: jejich život má cenu, byl plný událostí, které jsou důležité a mohou být sděleny druhým, potvrzují si svou vlastní identitu, kontinuitu svého života.*

- 1. zaměstnávají své myšlení a paměť*
- 2. uspokojují potřebu předat zkušenost mladší generaci a tím mít podíl na pokračování života*
- 3. význam má setkávání ve skupině, společenství – lidé vzpomínají společně*
- 4. vzpomínání je metodou validace, umožňuje hodnocení, životní bilancování*
- 5. vzpomínání oslovuje vnímání člověka – vzpomínky jsou spojeny s příjemnými pocity, přinášejí prožitky situací tak, jak proběhly kdysi dávno, včetně tehdejších smyslových vjemů a emocí vzpomínání je důležitý zdroj informací pro personál – posiluje vztah mezi pečující osobou a klientem tím, že se z objektu péčování stává subjekt, skutečný člověk s vlastní historií, zvládnutými i nezvládnutými životními úkoly.“<sup>13</sup>*

Do domova dochází zkušená terapeutka, pod jejímž vedením se uživatelé schází v prostorách zařízení (obr. 7). Nepracuje pouze se seniory soběstačnými, ale věnuje se imobilní uživatelům a seniorům s problémy v komunikaci.

Přes počáteční obavy uživatel, kdy se ohrazovali, že nemají žádné zkušenosti s malováním a ani malovat neumí, terapeutka je dovedla zaujmout a namotivovat k této činnosti tak, že výtvarná díla seniorů byla prezentována na vernisáži.

---

<sup>13</sup> Matoušek, O. *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005, s. 188



## Muzikoterapie

*„...muzikoterapeutické cíle jsou označovány jako nehudební cíle a zahrnují rozsáhlou oblast terapeutického působení, do které náleží např.: léčba, učení, rozvoj sociálních interakcí a komunikace, sebevyjádření, motivace, zvládání bolesti a stresu, zvýšení kvality života, osobní a duchovní rozvoj atd...“<sup>14</sup>*

Muzikoterapie patří mezi oblíbené aktivity ze strany uživatel, ti se pravidelně schází v kroužku při hudbě. Tato aktivita podporuje u seniorů získané hudební dovednosti a sociální vztahy, ale také pozitivně ovlivňuje emoční stránku a napomáhá odbourávání bariér v komunikaci.

## Kulturní vyžití

Hlavním cílem kulturního vyžití je podpora zájmu o společenské dění. Snahou je zajistit pobyt vně zařízení, udržovat sociální vazby a předcházet tak sociální exkluzi. Nedílnou součástí práce se seniory v zařízení poskytující sociální službu tvoří zajišťování zprostředkování kontaktu se sociálním prostředím a tím snížení negativního hodnocení zařízení zvenčí.

Zařízení navštěvují žáci ZŠ, studenti středních škol, Gymnázia a také děti MŠ. Každoročně do domova přichází i děti z Dětského domova U Sýpek se svým kulturním programem.

Uživatelé se účastní plesu Sociálních služeb města Kroměříže, který se koná v měsíci listopadu v Kulturním domě v Kroměříži. Společným Vánočním posezením pro seniory, pořádaným ve spolupráci s Klubem seniorů, kde se opět schází uživatelé všech domovů pro seniory, mají uživatelé možnost trávit svůj čas mimo zařízení, setkat se, pohovořit a podělit se o své strasti a radosti se svými vrstevníky.

Uživatelé se účastní různých výstav, přednášek pořádaných mimo zařízení. Mezi další kulturní akce se řadí oslava dne seniorů, svátek matek, mikulášské setkání, vánoční posezení, hudební vystoupení pěveckých sborů.

---

<sup>14</sup> Müller, O. *Terapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005, s. 171

Účast na společenském životě v zařízení je vždy na zvážení každého uživatele, zda a jaké akce se zúčastní nebo ne.

Uživatelům jsou nabízeny aktivity, sportovní soutěže, společenské hry, oslavy v zařízení i mimo něj. Mají možnost navštěvovat divadlo, kina, koncerty, vzdělávací programy. V případě požadavku je doprovod zajištěn.

## 5 DESIGN VÝZKUMU

Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit vliv aktivizace na seniory v domově pro seniory a získat poznatky o uspokojování psychosociálních potřeb z pohledu seniora. Dostupná literatura totiž pojednává o dané problematice z pohledu pracovníků či terapeutů, proto jsem se rozhodla věnovat se dané problematice z pohledu uživatelů žijících v pobytovém sociálním zařízení.

### 5.1 Výzkumné otázky

Hlavní výzkumná otázka:

*Jaký je přínos aktivizačních programů pro seniory žijících v domově pro seniory*

*U Moravy?*

Abych mohla poskytnout komplexní odpověď na danou otázku, sestavila jsem několik dalších dílčích otázek:

- 1. Jakým způsobem napomáhá aktivizace seniorům při nástupu do zařízení v období adaptační fáze?*
- 2. Souvisí aktivizace uživatel rezidenčního zařízení s navazováním a posilování sociálních kontaktů?*
- 3. Jsou uživatelé pouze pasivními příjemci nebo mají možnost spolurozhodování při výběru a nabídce aktivizačních činností?*
- 4. Co je přínosem aktivizačních programů pro seniory?*
- 5. Přinesl seniorům odchod do domova nové aktivity nebo činnosti, které doposud neprováděli nebo se s nimi nesešli?*

### 5.2 Typ výzkumu a jeho metody

Šetření jsem prováděla formou kvalitativního výzkumu, při kterém jsem využila techniky polostrukturovaného rozhovoru s vybranou skupinou respondentů – seniorů.

Rozhovory s respondenty jsem prováděla v domově pro seniory. Každý rozhovor trval cca 45 minut. Výzkum probíhal v období října 2009 až do března 2010. Všichni respondenti

mně pro daný výzkum poskytli souhlas s prováděním a nahráváním rozhovorů. Informovaný souhlas respondentů je součástí přílohy. Rozhovory jsem zaznamenala pomocí nahrávacího zařízení, pořízené zvukové záznamy jsem přepsala do textové podoby. Zaručení anonymity bylo podmínkou všech dotazovaných respondentů. Všechny respondenty jsem seznámila s důvodem výzkumu. Jména všech dotazovaných jsem nahradila velkými písmeny.

I když uživatele domova pro seniory znám osobně a přístup k výzkumu ze strany uživatelů byl vstřícný, snažila jsem se od samotného počátku při kladení dotazů postupovat od obecných informací ke konkrétním. Také jsem se při rozhovorech snažila nedotknout se citlivých a bolestných témat a stránek (rodinné vztahy) a nenavozovat tak pocity smutku, beznaděje. Některé cenné informace pro výzkum mi řada respondentů sdělila na samý závěr, kdy nahrávací zařízení bylo vypnuto. Někteří z respondentů při opakovaných návštěvách za mnou přišli s tím, že by si přáli ještě některé údaje doplnit.

### 5.3 Charakteristika výzkumného vzorku

Pro daný výzkum jsem zvolila skupinu osmi respondentů – jedná se o uživatele domova pro seniory, kteří se pravidelně účastní nabízených aktivit. Pro porovnání jsem si zvolila respondenty následovně: respondenti se stejným zdravotním omezením, respondenti s různou délkou pobytu v domově, nejstaršího a nejmladšího respondenta účastnícího se aktivit a dle předchozího bydliště respondenta (město x vesnice).

**stejně zdravotní omezení - CMP levostranná hemiparéza -** pan A / paní V

**nejstarší / nejmladší:** pan D (rok narození 1925) / paní P (rok narození 1944)

**nejdelší pobyt /nejkratší pobyt v zařízení:** paní L (nástup r. 2000) / paní K (nástup r. 2009)

**předchozí bydliště respondenta:** paní M (vesnice) / paní S (město)

**Pan A**

Muž, věk 81 let, vdovec, dvě dospělé dcery, vzdělání - základní, profese - obchodní příručí, předchozí bydliště - vesnice, zájmy, záliby - tanec, práce spojené s domem, zahrádka, kutilství.

Nástup do domova v roce 2002 společně i s manželkou, která již zemřela.

Pro pobyt v zařízení se rozhodli z důvodu **CMP** pana A, manželka již sama nezajistila potřebnou péči manželovi a nemohla zastat práci spojenou s údržbou domu.

**Účast na aktivitách pořádaných domovem:** kondiční cvičení, trénink paměti, sportovní aktivity (šipky, pétanque, sportovní hry, kuželky), vědomostní soutěže, různé přednášky, kulturní vystoupení, Mikulášské, Vánoční posezení, Oslava dne seniorů, kulturní akce související s národními kulturními tradicemi (Velikonoce, Pochovávání basy, vodění medvěda).

Akcí zajišťovaných v rámci Sociálních služeb se poslední dobou neúčastní. Dříve se aktivně účastnil všech akcí jednak pořádaných v rámci Sociálních služeb města Kroměříže a taktéž vyhledával akce mimo zařízení.

Pan A se v domově seznámil se ženou (uživatelkou), se kterou navázal přátelský vztah.

**Paní V**

Žena, věk 70 let, vdova, dvě dospělé dcery, vzdělání - středoškolské, profese - zdravotní sestra, předchozí bydliště - město, zájmy, záliby - sport, zejména lyžování, zpěv ve sboru.

Nástup do zařízení v roce 2007 z důvodu **CMP**. Žila společně v domě s jednou z dcer a její rodinou, dcera se o maminku starala po návratu z tříměsíční hospitalizace, paní V. se rozhodla pro nástup do domova z důvodu potřebné celodenní péče, aby se dcera mohla navrátit zpět do zaměstnání (neplacené volno). Dle sdělení paní V: „*chtěla jsem jít právě sem. Potkávala jsem babičky, aji jsem s nimi mluvila a oni říkali, že je tu dobře. Tak jsou tady. Taky jsem je viděla, jak na dvoře hrají kuželky a sedí na lavičkách.*“

**Účast na aktivitách pořádaných zařízením:** relaxace, trénink paměti, kondiční cvičení, pracovní terapie - práce s hlinou, arteterapie.

Paní V se aktivně účastní všech kulturních a společenských akcí pořádaných zařízením. Akcí pořádaných v rámci Sociálních služeb s výjimkou společného plesu a Zájmové přehlídky se již neúčastní.

**Pan D**

Muž, **věk 85 let**, vdovec, dospělá dcera a syn, vzdělání - vyučen ševcem, profese - obuvník, předchozí bydliště - vesnice, zájmy, záliby - zpěv, luštění křížovek.

Nástup do domova v roce 2004, po půl roce ze zařízení odešel bydlet k dceři a po půl roce opět nástup do domova.

**Účast na aktivitách pořádaných domovem:** kondiční cvičení, trénink paměti, sportovní aktivity (šipky, pétanque, sportovní hry, kuželky), vědomostní soutěže, různé přednášky, kulturní vystoupení, Mikulášské, Vánoční posezení, Oslava dne seniorů, kulturní akce související s národními kulturními tradicemi (Velikonoce, Pochovávání basy, vodění medvěda).

Akce pořádané v rámci Sociálních služeb - Společné zimní sportovní hry, Přehlídka zájmové činnosti uživatelů spojená s jarmarkem - přednes, zpěv, Hry bez hranic, společenský ples v Domě kultury, Vánoční posezení pro seniory pořádaný ve spolupráci s Klubem seniorů.

Pan D sám aktivně vyhledává a navštěvuje akce ve městě. V době pobytu v zařízení si zde našel přítelkyni, se kterou tráví společně většinu času. Nabídku ze strany vedení domova ohledně společného bydlení na dvojlůžkovém pokoji odmítl.

*„Jsu velice rád, že jsem tady potkal B, mám ju rád. Bydlet na jednom pokoji nechcu, to by nedělalo dobrotu. Sme spolu když chceme, když nechceme, tož jdu do svého a mám klid“.*

**Paní P**

Žena, **věk 66 let**, svobodná, bezdětná, profese - poštovní doručovatelka, předchozí bydliště - město, zájmy, záliby - četba časopisů, sledování televize. Nástup do zařízení v roce 2003.

**Účast na aktivitách pořádaných domovem:** kondiční cvičení, relaxace, trénink paměti, sportovní aktivity (šipky, pétanque, sportovní hry, kuželky), vědomostní soutěže, různé přednášky, kulturní vystoupení, Mikulášské, Vánoční posezení, Oslava dne seniorů).

Akce pořádané v rámci Sociálních služeb - Společné zimní sportovní hry, Přehlídka zájmové činnosti uživatelů spojená s jarmarkem, Hry bez hranic, společenský ples v Domě kultury, Vánoční posezení pro seniory pořádaný ve spolupráci s Klubem seniorů.

Paní P téměř denně navštěvuje svou kamarádku ve městě.

**Paní L**

Žena, věk 78 let, vdova, dcera a syn, vzdělání - vyučena, profese - švadlena, předchozí bydliště - vesnice, zájmy, záliby - zpěv, zahrádka, ruční práce.

Paní L **nastoupila do domova v roce 2000.**

**Účast na aktivitách pořádaných domovem:** kondiční cvičení, trénink paměti, sportovní aktivity (šipky, pétanque, sportovní hry, kuželky), vědomostní soutěže, různé přednášky, kulturní vystoupení, Mikulášské, Vánoční posezení, Oslava dne seniorů, kulturní akce související s národními kulturními tradicemi (Velikonoce, Pochovávaní basy, vodění medvěda).

Akce pořádané v rámci Sociálních služeb - Společné zimní sportovní hry, Přehlídka zájmové činnosti uživatelů spojená s jarmarkem - zpěv, Hry bez hranic, společenský ples v Domě kultury, Vánoční posezení pro seniory pořádaný ve spolupráci s Klubem seniorů.

**Paní K**

Žena, věk 81 let, vdova, bezdětná, vzdělání - vyučena, profese – prodavačka, předchozí bydliště - město, zájmy, záliby – cestování, výlety, ruční práce, móda, oblékání.

Paní L **nastoupila do domova v roce 2009.**

**Účast na aktivitách pořádaných zařízením:** relaxace, trénink paměti, kondiční cvičení, pracovní terapie - práce s hlínou, kroužek ručních prací, Mikulášské, Vánoční posezení, kulturní akce související s národními kulturními tradicemi (Velikonoce, Pochovávaní basy). Paní K se ještě akcí pořádaných v rámci Sociálních služeb nezúčastnila vzhledem ke krátké době pobytu v domově.

**Paní M**

Žena, věk 77 let, vdova, bezdětná, vzdělání základní, profese - pracovala celý život v zemědělství, **předchozí bydliště - vesnice.** Zájmy, koníčky - zahrádka, květiny.

Do zařízení nastoupila po tříměsíční hospitalizaci v nemocničním zařízení v roce 2004.

**Účast na aktivitách pořádaných zařízením:** relaxace, trénink paměti, kondiční cvičení, muzikoterapie, pracovní terapie - práce s hlínou, arteterapie.

Paní M se aktivně účastní všech kulturních a společenských akcí pořádaných zařízením, akcí pořádaných v rámci Sociálních služeb s výjimkou společného plesu a Zájmové přehlídky se již neúčastní.

### **Paní S**

Žena, věk 80 let, vdova, bezdětná vzdělání středoškolské, profese - pracovala jako vychovatelka, **předchozí bydliště – město**. Zájmy, koníčky – zpěv, sport, čtení, ruční práce, do zařízení nastoupila v roce 2008.

**Účast na aktivitách pořádaných zařízením:** relaxace, trénink paměti, kondiční cvičení, muzikoterapie, pracovní terapie - práce s hlinou, arteterapie.

Paní S se aktivně účastní všech kulturních a společenských akcí pořádaných zařízením, mezi které patří: kondiční cvičení, trénink paměti, sportovní aktivity (šipky, pétanque, sportovní hry, kuželky), vědomostní soutěže, různé přednášky, kulturní vystoupení, Mikulášské, Vánoční posezení, Oslava dne seniorů, kulturní akce související s národními kulturními tradicemi (Velikonoce, Pochovávání basy, vodění medvěda).



## 6. ZPRACOVÁNÍ INFORMACÍ ZÍSKANÝCH Z ROZHovorŮ

Zvukové záznamy rozhovorů s respondenty jsem přepsala a graficky v nich zvýraznila tučnou kurzívou klíčová slova, která se vztahují k vymezeným výzkumným otázkám a tedy i otázkám polostandardizovaného rozhovoru (tyto otázky totiž konkretizují otázky výzkumné).

K dílčí otázce č. 1- *jakým způsobem napomáhá aktivizace seniorům při nástupu do zařízení v období adaptační fáze*, se vztahuje otázka rozhovoru 7

K dílčí otázce č. 2- *souvisí aktivizace uživatel rezidenčního zařízení s navazováním a posilování sociálních kontaktů*, se vztahuje otázka rozhovoru 3, 6,7,8,9,11

K dílčí otázce č. 3- *jsou uživatelé pouze pasivními příjemci nebo mají možnost spolurozhodování při výběru a nabídce aktivizačních činností*, se vztahuje otázka rozhovoru 9,10,11

K dílčí otázce č. 4- *co je přínosem aktivizačních programů pro seniory*, se vztahuje otázka rozhovoru 3,5,6,7,8,9

K dílčí otázce č. 5- *přinesl seniorům odchod do domova nové aktivity nebo činnosti, které doposud neprováděli nebo se s nimi nesešli*, se vztahuje otázka rozhovoru 3,7,8

V další části této kapitoly uvádím znění otázek polostandardizovaného rozhovoru, spolu s pomocnými, resp. doplňujícími otázkami (označeny odrážkami).

### 1. Přišel/la jste do domova sám/a nebo s partnerem?

- **Co Vás vedlo k nástupu do zařízení?**
- **Jaké pocity se dostavovaly před nástupem do domova (např. strach, radost...)?**

**Pan A.:**, *šak víte, přišel jsem s manželkou, bydleli jsme spolu, chodili jsme všady, a pocity? No nemyslíte si, byly všelijaké..., měli jsme dvůr zahradu, slípky, spíš jsem se bál, jaký to tady bude a taky co tady bude dělat manželka, byla zvyklá mět ty svoje kvítka, ale doma po té mrtvičce už sem být nemohl, manželka už se o mě starat sama nemohla a po cerách chtět, aby u nás byly denně taky ne... .“*

**Paní V.:** *„chtěla jsem jít právě sem. Potkávala jsem babičky.., aji jsem s nimi mluvila a oni říkali, že je tu dobře...tak jsu tady. Taky jsem je viděla, že na dvoře hrají kuželky a*

*sedí na lavečkách. Víte, ... jsu po mrtvici ... všechna starost byla na dceři... a tak to nemůže být.*“

**Pan D:** „*Ani mně to radši nevzpomínáte, šel jsem sem, nechtěl jsem, no víte, bál jsem se, nepohodl jsem se s dceró, pamatujete si, jak jsem si nemohl zvyknout? No a napadlo mě, vrátit se dom. Aji dcera mě přemlůvala... No, co Vám budu povídat, nestálo to za nic, furt jsme se hádali a jak sem byl rád, že se sem možu vrátit a jak su teďka rád, že ste mě sem vzali..*“

**Paní P:** „*Vybrala jsem si tento domov, bydlela jsem kousek od domova a pozorovala, co tady dělají a to se mně líbilo...bydlela jsem sama, sestra umřela a sama být...to, už ne.*“

**Paní L:** „*Neměla jsem kam jít, to víte, děcka..., vrátila jsem se z nemocnice a dveře pro mě doma byly zavřeny, snacha řekla, že puđu do domova, tak sem šla, ale měla jsem strach.*“

**Paní K:** „*Já znám tady Kroměříž a velkou spoustu lidí, tak jsem se doptávala, ..kam bych asi tak měla jít, ..tak nějak jsem si vybrala sama, ale dala sem aji na doporučení.*“

**Paní M:** „*Nebála sem se, už jsem se těšila, až mě pustijó z nemocnice, ..doma už jsem byt sama nemohla.. Tak nějak sem věděla, .. to pude a bude to tady dobry..*“

**Paní S:** „*Vůbec jsem se nebála jít sem,... proč bych se měla bát? Celý život jsem pracovala pro lidi ....a tak teď přišla řada na mě,...aby se zas o mě postarali jiní. Já to беру tak, že jsem se snažila být na druhý hodná... a ono se mně to v životě dycinky vrátilo.*“

#### **Dílčí závěr:**

- Z odpovědí vyplynulo, že pouze jeden z oslovených respondentů do domova nastoupil s manželkou, ostatní respondenti do zařízení vstupovali jako samostatné osoby (vdovy/vdovci).

- Z rozhovoru vyplynulo, že respondenti do domova nastoupili z následujících důvodů: neschopnost se postarat o sebe vzhledem ke změněnému zdravotnímu stavu, potřeba pomoci jiné osoby a neshody v rodině.
- Respondenti uvedli, že před nástupem do zařízení prožívali strach, obavy, pouze jedna z respondentek se do zařízení těšila a s nástupem neměla spojeny negativní pocity.

## 2. Máte samostatný pokoj?

- **Jak vycházíte se spolubydlicí/m?**
- **Jste spokojeni s personálem, snaží se Vám vyjít vstříc?**
- **Celkově jste tady spíše spokojen/a či nespokojen/a?**
- **Co Vás trápí nebo naopak těší?**
- **Máte pocit, že je to zde ve skutečnosti horší/lepší než jste očekávali?**

**Pan A:** „*Co mě trápí? Snad jenom ten můj stav, už nemožu, tak jak dřív. Bydlím sám, tak mám pokoj, dcera za mnó chodí, ale to vite,taky nemá toho času. Personál? Dobry, jenom to vite, ty mlady děvčata ..., no né, ony kolem mě udělaji fčeecko, jenom se potočijo, to vite, ony mají mlady nohy... jsó na mě hodny, tady mám hodně známých,je to tu dobry, dopoledňa většínó chodim na cičeni a tak a potom odpoledňa k nekemu vlezu na besedu, tož se posmějem a du zas dom, na svůj pokojíček. Tož mě nic nechybi, jenom ty nohy, kdyby chtěly chodíta a mě trošku zlobí ta ruka ...“*

**Paní V:** „*Mě se tu líbí velice... děvčata za námi přijdou, jestli něco nepotřebuju... ráno mě pomůžou, když něco potřebuju..vite, já to můžu posoudit.... ten personál, byla jsem totiž vrchní na dětském. Spolubydlicí mám výbornou..opravdu, vycházíme spolu...jak kdybysme se znali od malička. Já fakt nemám na co si stěžovat. Každý den něco děláme.. něčím se bavíme... doma bych tak akorát čekala doma za oknem, až se vrátí dcera. A taky, mám tu nové přátele a dcery za mnou co chvilka přiběhnou. ale ted' už mi tak neslouží ruka, no to je po té mrtvici....“*

**Pan D:** „*Co by mně chybělo? Nic mě nechybi, enem novy nohy bych potřeboval, dělám si, co chcu, personál je na mě moc hodné, s nekeréma je velká sranda, udělají všeecko, co potřebujem.. to nemože nikdo říct, že né. My tady hodně zpíváme, a když vymyslijó akci,*

*tak pokud' možu, dycky du.. bydlím sám,,,šak sem říkal,že se na ptali,ešli nechcu bývat s B..(přítelkyně)..no nechcu...dyž sa poškorpíme..tož si idu do svého..."*

**Paní P:** *„Mně se tu líbí, chodím všady, na akce, do hlíny, malovat, cvičit, no prostě všady. Venku su každý deň ,jezdím každý deň odpoledne za kamarádkou a kolem večere se vracím zpátky. Dělam si, co chcu, nikdo mně neomezuje a personál je ke mně hodné. A mám spolubydlící, se kterou si moc rozumíme, nekdy mě bolijó nohy“*

**Paní L:** *„ Bydlím tu eště s babičkó... no někdy se pravda škorpíme, ale pak se zas usmíříme. Tak jak v normálním životě. Su tady spokojená, jenom mě občas trápí zdraví, ale to je to stáří, máme tady hodny děvčata.“*

**Paní K:** *„ Chodím si kde chcu.. taky dělám, co chcu.. máme každý deň program, personál je příjemný, já su opravdu hodně spokojená... netrápi mně nic, jenom to.. že už nejsou mladá a to zdraví,bydlím tady sama.“*

**Paní M:** *„Tady jsu spokojená..když mě sem dovezli, byla sem úplně ležák, aji mě krmili a podivíte se na mě ted'. Děvčata só tady hodny.. až moc hodny, chodily se mnó...kolik času se mnó strávily. Ted' zas chodim. Akorát mě sužovala pani A, s které jsem bydlela, věčně jsme se spolu domlóvaly.. pak sem šla za pani vedóci a přestěhovala mě inde. Ted' mám hodno sósedku... hodno babičku...sama děcka nemám,babička má děcka a oni mě všady beró s sebe..chodime s babičkó k nim na kafi.. dyž dó na vycházku do města.. tož aji tam,ted' mě brali na hřbitov. Mně se tu prostě libi.. nemám byt proč nespokojená a su ráda, že su tu..“*

**Paní S:** *„ Tady se doopravdy cítím,..jako bych tu žila odjakživa, nic mi nechybí, personál je hodné... jídla máme dost a.. činností taky, tak nevím,..na co bych si tak mohla stěžovat,bydlím sama.“*

#### **Dílčí závěr:**

- Čtyři respondenti uvedli, že bydlí na jednolůžkovém pokoji a stejný počet respondentů obývá pokoj s jedním spolubydlícím a jedna respondentka uvedla, že soužití se spolubydlící bylo komplikované a požádala o přestěhování na jiný pokoj.

Dle možností zařízení ji bylo vyhověno – nyní je na pokoji spokojená a se spolubydlící vychází.

- Respondenti při hodnocení práce personálu uvedli, že jsou s poskytováním služeb s jejich strany spokojeni, pouze jeden respondent s péčí pracovníků nebyl příliš spokojený, vyhovovalo by mu více pozornosti a pomalejší tempo.
- Při celkovém hodnocení poskytování služeb v zařízení respondenti uvádí spokojenost.
- Respondenti na výše uvedenou otázku uvádějí, že jediné, co je momentálně tíží, jsou změny zdravotního stavu či omezení způsobené nemocí.

### 3. Máte pocit, že nástupem do domova se Váš život změnil?

- Máte pocit, že nástupem do domova se Váš život zhoršil/obrátil k lepšímu?
- Co Vám zde schází?

**Pan A:** „Až na ty nohy, ale zas celé život sem pracoval, teď su v důchodě, tak budu odpočívat,...ať se zas o mě starají druzí. Doma a sám to už by nešlo. Tady je to dobré, dělám nové věci, které jsem dřív nedělal. Neschází mně nic, mám novó kamarádku“

**Paní V:** „ Jsem tady **nadmíru spokojená** celý den máme nějakou akci každý den něco děláme když se mi nechce jít nebo mám návštěvu, tak nejdu a je to. **Doma mě bylo dobře** vite.. mám hodné děti... ale **nemůžu po nikom chtít, aby kvůli mně zůstal doma.**“

**Pan D:** „Mně? Mně **nechybi tady nic...**, jenom to mládí, to vite... Doma bych se tak neměl, kdepak! **A taky bych nedělal to... všechno, co tady děláme.**“

**Paní P:** „Dělám si, co chcu... **nikdo mně neomezuje.** Když se mi nechce, nejdu nikam.. ale to se stane málo.. těším se, až nám řeknou, co se bude dít a jdu. Já su tady spokojená a **tady mě naučili hodně nových věcí.**“

**Paní L:** *Tady mně **nechybí nic, enem mládí a to se nevrátí.. tady jsó ochotni, hodní... nemám, si proč stěžovat.***“

**Paní K:** „ *Můj život se nezměnil.. byla jsem zvyklá na lidi a tady jsem nových lidí poznala, mimo to mládí a té mé iskry mně nechybí nic.* “

**Paní M:** „ *Co by mě chybělo? ...snad jenom zahrádka..ale.. na té už stejně nemožu kopat, mám se tu dobře .... za celé život jsem se napracovala... tady mě uvaříj, postarají se o nás,....taky furt něco robíme...chybi mně tady kočka a to...chtěla bych byt mladá “*

**Paní S:** „ *Mám život pořád hezký... samozřejmě, stáří se hlásí.. ale to je normální, ale jak jsem řekla...nic mi nechybí.* “

#### **Dílčí závěr:**

- Z rozhovorů vyplynulo, že respondenti se v zařízení naučili novým dovednostem, které je obohatily a u respondentů nedošlo ke zhoršení jejich života.
- Respondenti na otázku, co jim zde schází, uvedli následovně: mládí převážná část respondentů, jedna oslovená uvedla, že zahrádka a kočka a ve třech případech uvedli, že jim nechybí nic.

#### **4. Jak trávíte čas v domově?**

- **Využíváte nabídek činností pořádaných domovem?**
- **Jakým způsobem se o denních aktivitách dozvídáte?**
- **Máte možnost si sám/a dobrovolně zvolit nabízenou aktivitu?**
- **Víte, kterých volnočasových aktivit se máte možnost v zařízení zúčastnit?**

**Pan A :** „ *Víme co se děje, každý ráno nám to říkají, možu se rozhodnót, jestli pudu nebo ne.. O všeckym, co se bude dit a co se tady dělá, vím. Chodim trénovat' hlavu, trošku si zacvičit. Chodim taky na všechny ty tanečkya když přídó za nama děcka ze škol a ze školek. Taky mám rád to zpivani, nevím, jak se to řekne... “*

**Paní V:** „ *Ráno na jídelně se dozvídáme, co nás ten den čeká, kde a kde. Ale my už to známe, máme na nástěnce papír a pracovníci nám to připomínajů... No, to je na mně, jestli půjdu nebo ne, tady je všecko na mně.. “*

**Pan D:** „*Ráno u snídaně nám chodijó říkat, záleži na mě, čeho se zúčastním, ale já chodim všady rád, je tam sranda a povykládáme si. Už všichni vime, co keré deň je. A dyž je změna, tak nám to řekno taky.. Jestli vim, co se tady děje a kdeže možu jit? ...baže, že vim.*“

**Paní P:** „*O tom, co se bude dít, nám přijde říct na jídelnu ke snídani pracovnice, když chcu du, to záleži jenom na mně*“.

**Paní L:** „*Ráno v jídelně nám řeknou, co bude a tak se rozhodnu, co budu dělat.*“

**Paní K:** „*Už vime, co bude, visí to na nástěnce v jídelně a ráno přijde děvčica říct, co bude a já pak se rozhodnu, co puđu dělat.*“

**Paní M:** „*Každy ráno přijde pracovnice na jídelnu, přečte, co máme k jídlu, popřeje temu, kdo má zrovna narozeniny, řekne, co budeme dělat, takže všeci vime, kde to bude..tady je to dobrovolný.*“

**Paní S:** „*Ráno u snídaně se dozvíme a taky visí na nástěnce rozpisy akcí a všeho, co se bude dít. Je jenom na mně, jestli půjdu nebo budu doma.*“

#### **Dílčí závěr:**

- Respondenti se účastní nabízených aktivit, o akcích se dozvídají z nástěnek v zařízení a každý den při snídani od pracovníků v přímé péči.
- Všichni respondenti se shodli, že aktivity si volí sami a účast či neúčast je svobodným rozhodnutím každého z oslovených.

#### **5. Kterou aktivitu navštěvujete?**

- **Využíváte více druhů aktivizací nebo navštěvujete pouze jednu?**
- **Jak často se účastníte nabízené/ných aktivizace/cí?**
- **Jak dlouho se aktivizace účastníte?**

**Pan A:** „Hrozně rád **chodím cvičit**, to víte, byl sem Sokol, rád si někdy **zahraju kuželky, aji šipky**, jenom mě trošku zlobí ta ruka ...ale co naplat, jiný to nebude, ale **chodím všady**, jenom teďka nechodím na ten ples a nejezdím na ty zimní hry, ale **chodím na všechny soutěže, chodím si trénovat hlavu**. Víte, kolik věcí se tam dozvím? a víte kolik věcí jsem už zapomněl a teďka mně to připomněli?...a taky rád **chodím na to spaní..no.., na relax**. **Chodím úplně od začátku**, ještě když žila manželka... Mám tady přátele..., ale aji nepřátele.. to víte, rozčilujó mně ti, co furt bečijó a stěžujó si. “

**Paní V:** „ **Chodím všude**, kde to jde. Mám ráda lidi, společnost, **nechodím jenom na ten ples**, jinak se účastním všeho. Dřív jsem milovala tanec..jejej, jak my jsme řádili.., Já **chodím od začátku**, řekl mi o tom personál,co se tady všechno dělá, taky mi něco řekli spolubydlící. A taky ještě nejezdím na zimní hry a nechodím na Kulturák na ten ples, ale jinak se vždycky moc na všechno těším, **ráda pracuji s hlínou...a to malování...“**

**Pan D:** „**Chodím relaxovat, luštit křížovky, hledat poklad**. Taky **chodím trénovat paměť**, to je důležitý.. Důležitá je pro mě hlava a nohy.., jak mě přestanó slóžit ty nohy, to bude malér.. ale dyž pravidelně cvičím, tož to třeba bude dobrý.. Rád **hraju kuželky, aji šipky** mám rád..aji tu hru s tema kulama..(pétanque)..**mám rád sportovní hry** ..,ty naše a aji dyž só nekde inde... A taky dyž musím pátrat v té hlavě,to je dobrý.. fakt.. Máme tady znamy, poplkáme, zpíváme a to víte, někdy se aji nepohodnem, ale to je všady....Abych se přiznal, ze začátku sem odmítal, všechno, ani žit se mně nechtělo,.. ale jak sem si to všechno rozmyslel, když sem se vrátil z domu sem...“

**Paní P:** „Kam **chodím**? To mám vyjmenovat všechno? Na **trénink paměti, luštit křížovky**, no a pak, **když se pomáhá kuchyni. Chodím cvičit, malovat, relaxovat**. No a taky **na hlínu. Chodím o té doby, co jsem sem nastoupila**. Děvčata (tím myšleno pracovnice) přišly za mnou s nabídkou všeho, abych prý o všem věděla, co se tu děje. No a ještě **jezdím na zájezdy, chodím na ples, na ty společné hry, na jarmark**. Taky se sama **chodím dívat na výstavy našich výrobků na knihovně**. Já nevím, nemožu si teď vzpomnět, já **chodím všady a ráda**, poznala sem nové kamarádky tady.“

**Paní L:** „**Chodím dyž to de všude**. Ráda **pletu,maluju** a **chodím na to zpívání**. Ráda **dělám s hlíno**. Taky **chodím na relax a cvičit**, eště sem zapomněla, že **chodím na trénování tej paměti, chodím od té doby, co sem přišla sem**.“



**Paní K:** „*Chodím vlastně chvílku... přišla loni na podzim, ale chodím od počátku a chodím na trénink paměti, na relaxování...taky na cvičení, malování a teď jsem zkoušela i keramiku....taky cvičit...na společny vystupování a na všechno,co se děje“*

**Paní M :** „*Tož relaxace, cvičeni..tam chodim moc ráda na trénování paměti, chodim, když třeba pečeme, nebo dyž se dělá něco pro kuchyň, skládat ubrósky, aji dyž něco vyrábíme, to mě bavi, hlavně dyž děláme s hlíno a taky to...malování. Daleko to pro mě není a dyž mě bolí nohy, tož jedu vétahem. A dyž přijdó děcka ze školky nebo dyž nám hráli divalo, no a taky dyž hrajeme šipky a kuželky a dyž máme tady ty ruzny oslavy a přináda zahrát, to si aj zatancuju...no chodim všady, kde to de a dyž možu, chodim od začátku, co tu su...no ne, napřed sem ležela.. ale jak se to začalo lepší, tož hned. Jezdím aji na zájezd..na ty sportovní hry, na všechny posezeni.. ja chodim všady, zažijem spóstu legrace.. ,no to vite, taky se mezi sebe meló, tož jak staři lidi....“*

**Paní S:** „*Víte, já chodím všady, na trénink paměti, na relaxování, baví mě ruční práce, malování a keramika. Taky se účastním muzikálního kroužku ,taky na různé soutěže, no prostě všady a od toho, co jsu tady“*

#### **Dílčí závěr:**

- Všichni oslovení respondenti uvedli, že navštěvují více než jednu z nabízených aktivit, navštěvují ji pravidelně a od nástupu do domova.
- Oslovení respondenti uvedli, že preferují následující aktivity: trénink paměti, kondiční cvičení, práce s hlinou, relaxaci a arteterapii.

#### **6. Účastníte se pravidelných/příležitostných akcí pořádaných zřízením?**

- Účastníte se sportovních akcí?(sportovní hry seniorů, zimní sportovní hry, zájezdy...)
- Účastníte se kulturních a společenských akcí?(společenský ples, oslava Dne seniorů, atd.)
- Našel jste s příchodem do domova nové přátele?
- Setkáte se s ostatními klienty v domově?

- **Jaké se u Vás dostavují pocity ze společných setkání?**

**Pan A:** „Cvičení..to mám rád,cvičíme pomaly, ..hlavu, ruky.. krk, aj nohy..vite, ta moja ruka po té mrtvičce to potrebuje..taky rád **hraju šipky**, jejda, aji **kuželky** sem rád hrával, taky když sa **dělajů sótěžě, hledá sa poklad**, potom třeba **milionář** a ten..**kolotoč**. Dřív sem jezdíval na zimní hry na Svatý Hostýnek, to bylo dobré, **povykládal sem si s ostatníma**, z **někerých akcí mám aji novy kamarády**..taky sem chodíval na ples, to vite,dyž sem byl eště mladé, to sme řádili a všechny baby v sále sme vyvádli.. no a pak sem šel do domova a bál sem se, že už nic nebude..no, ale byl sem rád, že **možu na ples na kulturák**, pak sem jezdíl **leště na hry bez hranic**,..to se mně moc líbilo..**potkal sem tolik lidí**...nebo dyž je **tá velká oslava**, jak máme my důchodci ten svátek...to sa taky tančí a hudba hraje..ta dychovka..no, to je krása...nebo **dyž tady chodí Mikuláš**..to taky., u nás na dědině chodíl velké průvod masek celé třeň to trvalo a chodilo se od baráku k baráku...tož **su rád, že je ten Mikuláš aji tady**..a dyž **sa pochovává basa**., to je jak u nás na tej dědině., dyž chodili hasiči za maškary...to tady potom eště sedime a zpivame u harmoniky..vite, aji staři lidi potrebujó zábavu,no ne?“

**Paní V:** „ Ono je to důležitý..když se na staré lidi nezapomíná... a mají činnost..opravdu.. i když třeba nemožem, tak dobře chodit...ale **když je oslava a hraje muzika a zpívá se...tak zapomenete, že nemožete chodit**, ale opravdu...**třeba pochovávání basy...Mikuláš...a ten chodí na pokoje**..aji za tema, co jsou nemocní...a tak to má být...potom...když jsou soutěžě, na paměť...**trénování tej paměti**...to je u nás starých lidí potřeba...potom...když jdeme na vycházku..**nebo jedeme na výlet**...a nemyslíte si...jezdí aji vozíčkáři...**důležitý je, že jsou tady bohoslužby**..**že chodí farář za nemocnéma**,...za tema...co už nemožó na mše...no, to vite...že když se scházíme...tak **máme přátele**...to ani jinak být nemůže... když **přijdou děcka**...to je vám krása...“

**Pan D:** „:zpívání...to mám moc rád..su jak ryba ve vodě..dyž začne muzika...nevím o sobě..chodím,dyž to de,na všecko...**na seniory**(oslava dne seniorů),..**na děcka**,dyž za na přidá..aj **na ty studenty**..na ty větší..vite...mám rád děcka...to dycky potěší...zpomenete si na moje slova,až budete stará...**na Mikuláša**...to taky...vite...potem...**to je jak doma**..to u nás na dědině taky chodili..chajdu od chajdy..**nebo pochovávání tej basy**...to byla sranda...a **to je dobry**...že to tady pro nás stary lidi dělajů..**to ani nemáte pak pocít**.,že ste

*v domově..taky sem jezdíval na Hostýnek..to se ně moc líbilo...no,letos sem nebyl...vite,co mám z tama známých?chodil sem na koncert do zámku...nebo na vánoce...na ten štědré deň ..dyž pro nás dělajú to vystópení ..ten sbor...to je krása...uplně jak dyž sme chodili na pŕlnoční...chodí sem farář...to je důležitý...ináč do kostela nechodim...ale až budu umirat...chcu zpověď..to vite,sedáváme spolem dohromady...zpíváme...plkáme...bať že mám spóstu známých...chodil sem aji na ten ples...muzika...tancování...to by ně nenapadlo...že budu v domově tancovat...nebo ty hry...ty...no...myslim bez hranic...lebo jak sa to řika...vite...to je taky dobry...“*

**Paní P:** „Jezdím na Hostý , na hry do Lutopecen (Hry bez hranic), na ples,na sportovní hry,taky na zájezd..na oslavu seniorů...na Mikuláša,..chodím na klub seniorů(Vánoční posezení pro seniory)... na koncert do zámku,chodím na všecko v domově..když nám přídó hrát divadlo nebo zpívat...to je moc pěkný..na Vánoce,dyž je oslava seniorů,hledání pokladu..no,na všecko..zkrátka...to se vám scházejó všeci.“

**Paní L:** „Vite,jezdila sem dycky na zájezd,aji na plesu sem byla..no,nemožu si zpomnět ..na ty hry v Lutopecnách (Hry bez hranic),no a dyž sa pochovává basa ,to bylo aji u nás na dědině a to je dobře,ža je to aji tady...nebo Mikuláš..to taky chodili po chalupách..a tady to taky je a chodí aji na pokoje,k těm co nemožú..chodím na sportovní hry,jezdila jsem na Hostének,..taky jsem chodila do zámku...na ten koncert..na posezení do města ve Vánoce..na deň seniorů,to je tady velká sláva...dyž někdo z nás slaví narozeniny..aspoň si zazpíváme a povykládáme...máme všeci nějaké ty starosti,tak o nich mluvíme..taky na procházky,sama a aji s ostatníma a dyž sa zpívá na nějaké té oslavě,to je pro nás jak dělany“

**Paní K:** „Su taky krátko,ale byla sem na Mikuláša,na vodění medvěda..to je sranda..taky na plesu,krásně hráli..scházím se s ostatníma,co bych dělala..dyž se mně chce,jdu všady.. Jsou moc ráda, že je tu tolik zábavy pro nás“

**Paní M:** „Vite..miluju muziku, to je pro mě,jak dělany..tancovala sem moc ráda.. aji ted'.. aji dyž ty nohy nechcou poslóchat...chodim, když je Mikuláš, fašank...vite, to je jak kdybych byla doma...taky ta..oslavá důchodců...taky se jezdívala na Hostýnek v zimě..na ty zimní hry...to se mně moc líbilo...ale letos sem nebyla. Bála sem se, že spadnu a zas si

*zlomím nohu...taky chodím na bohoslužby..to máte tak..celé život sem chodila do kostela ...a taky...dyž ně něco trápilo...a aji dneska se modlím...a taky ty svoje hříchy musím nekemu říct...aby ně netížilo svědomí...vite?“*

**Paní S:** *„Jak si mám hned vzpomenět...chodím na Mikuláša..to je dobře..že se udržují tradice..to je pro nás moc dobře...taky na vodění medvěda,na oslavu seniorů,to je vám muziky a zpěvu..aji se tancuje,čagany nečagany...na sportovní hry..to je taky dobře,že se pro nás dělají..vite,jsu moc ráda,že sem chodí páter a dělají se tady mše..scházíme se tady tak nějak dohromady..byla jsem zvyklá na lidi a tak mám radost...“*

#### **Dílčí závěr:**

- Všichni respondenti uvedli, že se účastní sportovních, kulturních a společenských akcí pořádaných zařízením.
- Výše oslovení respondenti uvedli, že při aktivitách si našli nové přátele, se kterými udržují kontakt i mimo pořádané akce.
- Dotazování na otázku spojenou s pocity kladně hodnotí pořádání akcí spojených s udržováním tradic, kdy uvedli, že mají pocit jako by žili doma. Taktéž se kladně vyjadřují k návštěvám kněze v zařízení a konání mší.

#### **7. V případě, že Vám působí obtíže dojít samostatně na Vámi zvolenou činnost, je Vám personál ochoten dopomoci?**

- **Pomohla Vám činnost / i v období (adaptace) přechodu z domova?**
- **Navázal/a jste nové kontakty (přátelství) při provádění aktivizace?**

**Pan A:** *„Ze začátku. Sem všady chodil s manželkó,..ale to vite,ženská, všady taky chodit nechtěla,že to není pro ňu... a tak,tak sem šel kolikrát sám... a pak sem ji řekl,..co se ně libilo a byla zvědavá,tak šla taky. Taky sem.. tady potkal aji stary znamy,..ani sem nevěděl,že tady só. Ted' mám kamarádu...jejda.. Chodím sám a dyž potřebuju,...řeknu děčatom a není žádný problém, doprovodijó mě dycky...šak sem říkal,že sem se bál ze začátku a dyž sem začal chodit',tak to bylo lepší...“*

**Paní V:** „*Pro mě chodí pracovnice nebo chodím s ostatníma. Když jsem nastoupila sem, za krátko jsem získala nové přátele a naučila jsem se nové věci... a taky, že mně ostatní říkali, ať s nima idu tam nebo tam... tak mně rychle ubíhal čas.. mám tady spoustu nových přátel, ...mám s kým promluvit...a jestli je to pro mě daleko ,...co to je daleko?“*

**Pan D:** „*Byl sem rád, dyž mně tady nabídli, abych šel tam nebo tam, myslel sem pořád' na ten problém s ceró a dyž sem dělal něco užitečného a mluvil sem s ostatníma, tak mně to moc pomáhalo. Mám tu hodně známých.. Kdybych potřeboval, děvčata by mě pomohly, abych mohl přijít mezi všechny. “*

**Paní P:** „*Už sem říkala, .. navštěvovaly pracovnice a říkaly,.. že můžu jít třeba cvičit, ... do terapie nebo,.. že přijdó děcka a budó pro nás vystupovat. Byly jsem ráda, ... pak jsem nemyslela na to, že už nebydlím doma v bytě, ale tady. Mně všechny ty.. akce a prostě všechno, co se tady dělá, ...moc pomohlo.“*

**Paní L:** „*ale...to není daleko. .dyby to bylo blízko..tak bysme sa ani nehýbali a pak bysme už nechodili vůbec...no,..to vite..že dyž to všechno na mě přide,tak bečím a nikde se mně nechce..., to vite, jak starý člověk...ale byt sama..., to je ešče horší...no...dyž sem přišla sem a nikeho sem tady neznala...bylo to divny...ale dyž sem nekde šla a třeba sme zpivali nebo neco dělali...,bylo to lepčí a bylo mně veselejc ..no,mám tady známy..přátele.., ale aji nepřátele,tak jak všady..chodí semka farář..takové hodné pán,to je...a chodím do kapličky. .pomodlit se..za taťka...za všechny..“*

**Paní K:** „*Co Vás nemá?... , potřebujem chodit,hýbat se..chodim sama, kde chcu a dyž by se stalo,řekla bych personálu...jsu tady krátkou dobu,ale mám tu už dost známých...to vite, že dyž sem přišla sem, přemýšlela sem....no, říkala sem si,že sem měla eště zůstat doma...no, když jsem začala chodit za ostatníma,tak mě tak blbé myšlenky nenapadaly...“*

**Paní M:** „*Daleko to nemáme, neco je v patře, neco o patro výš. Jedu tam výtahem, kdybych potřebovala, děvčata z oddělení by mě tam zavedly...aji do kapličky mně zavedú...to vite, zpočátku jsem nevěděla, co všechno tu je, ale ted' to znám, pomohli mně všeci, spolubydlící aji personál. Když jsem přišla sem, měla jsem obavu, co budu celý deň*

*dělat, ale to se změnilo. Tolik nových věcí jsem doma nikdy nedělala, co tady. Neměla jsem čas na nic špatného myslet...“*

*Paní S: „Daleko to není, dyť máme vyťah, dyž potřebuju, řeknu a tady jsó velice ochotni mně pomoct, to není problém..taky dyž člověk přinde v mém věku do domova, to si musí chtě nechtě na všecko znova zvykat a dyž potom mám co dělat a s kým mluvit, tak mně utíká čas, máte novy přátele..rozumíte mně?“*

#### **Dílčí závěr:**

- Z rozhovorů vyplynulo, že při aktivitách získali nové přátele, v případě potřeby je personál ochoten respondenty doprovodit na aktivity.
- Všichni respondenti se shodli, že jim nabízené aktivity pomohly lépe zvládnout adaptaci spojenou s nástupem do domova.

#### **8. Máte pocit, že Vám činnost pomohla? (v čem konkrétně)**

- **Jaké máte pocity při provádění určitého druhu činnosti?**
- **Pozorujete na sobě změny, konkrétně jaké?**
- **Co se Vám vybaví, na co si při činnosti vzpomenete?**

*Pan A: „ Bavi ňa cvičení, víte..ta moja ruka potřebuje furt něco dělat..taky ňa bavi zpívání..to vám aj srdenko poskočí, zpomenu si na své mládí..to je vám hned' veselěš na tym světě. Dyž sem přišel,trochu sem se bál...no.. teho, jak mně vezmó ostatní.. No dyž cvičim,tak ta ruka je na tym lip..zdá se ně..že aji ty prsty sa hébů..nebo dyž pišem,tož to víte..zpmnět si na ty pismenka,to mně dá prácu..tak ta hlava musí myslet,tož tak... ten relax,tam chodím rád...odpočinu si,tak jaksi sa uklidním... nebo třeba lúpeme česnek..sedime,zpivame, vykladame,zpomínáme na to mládí..ruky cosi dělajú užitečného a hlava nemysli na nic...na to škaredé,zpomenu si na moju,,že umřela....dyž sme dělali s hlinó,tak..napřed' jednoduchy věci a poté sme zkušali aji ty složitěši..taky sem zkušal to malování...taky napřed' jednoduchy čáry..potem sme malovali svoju ruku..a potom sme malovali aji obrázky..u teho sem myslel..na svůj život,na cery..aji na to..co sa ně povédlo*

*nebo nepovédlo.. víte,umřít sa ně eště nechce..ale dyby to bylo..,tak hlavně ať je to rychle.“*

**Paní V:** *„Dyž pečeme,zpomenu si na Vánoce a Velikonoce.. to jsme taky píkávali doma a zpomenu si ,jak to bylo pěkné...stejně pocity mám,když děláme s hlínou...napřed jsme dělali jednoduchy věci,...takovy placičky a potom jsme zkoušeli takovy obrázky..malování?..jejda,to dělám ráda..jak jsem už říkala..napřed to byly barevné čáry,potom jsme zkoušeli různé techniky,kombinovali jsme barvy..to se mně moc líbilo..vybírala jsem barvy tak,aby se to ladilo..aby to bylo hezky pro oko..při malování sem si vzpomněla..no..jak byly cery malé a jak jsme spolu malovaly..to víte..tak ten život rychle utekl..pak si taky vzpomenu,na mojeho, že umřel...malovali jsme s vnukama..to je jiny, když máte vnuky..svoje děcka má člověk rád,to ne,že ne..ale vnuci,to je fakt jiny...je na ně víc času...a taky tak nějak...no,jinak ten život v tym věku berete,rozumíte mně?...co mně baví?...mně asi všechno..jsem ráda za všechno,co se tu dělá..zpívám ráda...taky jsme doma zpívali...zpomínám na různé písničky z mládí...na ty,co jsem zpívala s děckama doma,no i v práci..ptáte se na změny..no,určitě...je lepší,když je činnost...a u starýho člověka je to hodně důležité...kdyby se nic nedělo,tož to možem zrovna umřít...“*

**Pan D:** *„Vy sa ně ptáte na to,co sa ně llíbí?...no všechno.. dybych byl doma..no,tolik věcí a nověch bych nedělal,..copak by se mnů nekdo seděl a hrál karty?...dyť furt nemají čas..nebo, kdo by poslůchal to,že ňa bolijů nohy?...a tady to možu říct...tady ich taky bolejí...já rači moc nepřeměšlim..,ale to vite..přistihnu se... myslim při nečem tady na to,dyž sem mladé..jak ten život utékl .žena ně opustila..umřela..dneska bych žil ináč...šecko sem dělal pro rodinu...a potem na vás ani nemajů čas...rád zpívám...to je veselo..to hned' zapomenete na všechno...no,nekdy sa zlobím tady na ty baby...vite.. pomlůvajů a meló..tož,baby...no a dyž ně něco nebaví,tož du dom,do svého...idu tam,kde chcu a tam,kde ně to baví...vite,dyž sme malovali ty kolečka(myšleny mandaly)...tož sem si vybíral barvy a zpomněl jsem si na jaro..jak je to všechno barevné...no..taky nekdy sa bojím smrti..že to bude bolet a budu ležet..myslite,že to pude tak...no,...že usnu a nezbudím sa..?“*

**Paní P:** *„Idu, kde chcu jít..už to znám,tak vim,že tam budu ráda...dyž vyrábíme..tak děláme jednoduchy věci..no a pak aji ty těžší...na co myslim?...na kamarádku..na to co*

bylo, když jsem byla děcko..to bylo dobroty...myslim na celé **ten svůj život**...když jsu s ostatníma..**tak je veselo..zasmějem se ledasčemu**... změny..? **Mám radost, že mám kamarády**...cvičení..někdy se mi nechce..lehla bych si...pak se přemluvím a jdu..Móc dobře vím,..**budu cvičit a bude se mi líp chodit**..trénování paměti..vite,**mně hlava moc nemyslí a tak se donutím**....**spaní při hudbě**(relaxace),to mám taky ráda..nikdy jsem to nedělala,to až tady..**líbí se mi to,..jsu dycky jak znovu na světě,vite**, co jsem se tady naučila novot..**přišla jsem sem..nikeho neznala..měla jsem obavy jít mezi všechny..styděla jsem se..to, že jsem začala chodit,tak dobrý.**“

**Paní L:** „Když sem přišla tady do domova,měla jsem moc času a pořád sem myslela na to,jak sem dopadla a co je doma. Dyž jsem začala s ostatníma napřed' na trénování paměti,líbilo se mě to, že **dyž si nemožu zpomenót,tak mně pomozó a taky se dovím novy věci,no je to zajímavý**,líbí se mně to maturování na koncu roka (myšlena tím malá maturita pořádaná v rámci tréninku paměti). Chodím cvičit, no někdy se mně pravda nechce, ale **mám radost, že se díky tomu cvičení víc pohybuju, teda líp**. Cviky jsou jednoduché a cvičíme od hlavy až po paty, **cítím takovou úlevu**..mám ráda ten relax při hudbě,klid ..když to skončí,nemám chuť ani otevřít oči,**mám v sobě pocit klidu a zdá se mně, že po tym nésu nervózní**..taky se mně líbí malování.napřed jsem měla obavu,**že se mi budou smát,že neumím kreslit,ale všeci jsme na tym byli stejně** a pak mně to bylo jedno.paní,co nás vede je dobrá,vůbec nejde o to malířské dílo,ale o to,jestli su spokojená já..**mám v hlavě všelijaké myšlenky,pěkné aji zlé,u teho malování nebo aji když děláme s hlínó jsem kolikrát myslela na svoje děcka** a nemyslíte si,furt sem jim neodpustila,to asi není správný,že?...na co myslim? **jaky to všecko bude dál,chtěla bych umřít tak,že usnu a nezbudim se,nebojím se smrti,mám nachystany všecko na pohřeb,bojím se teho,že zstanu ležet,teho se fakt bojím..** a vite kolikrát **si zpomenu na tat'ka?**..jak by byl rád tady se mnó?...ani sem nevěděla, že tak umim s tó hlínó, napřed' jsem dělala takovy jednoduchy věci a ted' už zkóšim aji složitější věci...třeba si jich někdo kópi a bude mět radost'. Taky **mám radost', když sem přijdó děcka zpívat... nebo hrát divadlo a kolikrát nám přinesó třeba přáníčka, to aji plaču, zpomenu si na svoje děcka, dyž byli malí.**“

**Paní K:** „Nemám problém s lidima...celý život se stýkám s moc lidma...mám spoustu přátel...to vite...není jednoduchy změnit život...v mém věku...ale aji tady za mnou chodí návštěvy...taky tady mám nové přátele...**su ráda...že su ještě užitečná...su ráda mezi**



*lidima, dyž člověk něco dělá...tak nemá čas myslet...no na to...co bude...že umřu...a jak umřu..že zůstanu ležet...a taky..ty myšlenky jsou lepší...mám se pořád na co těšit...a když budu aktivní...budu čist..tak mozek přinutím k činnosti a budu chodit..a to je pro mě důležitý..ono..to všechno spolem souvisí...taky když se něco vyrábí..a pak je to hezky,pak to někdo koupí..to mám radost..nebo dyž zpíváme..to vám srdce skáče až v krku...zpomenu si na mládí...celý život mi proběhne hlavou...a cvičení...to je moc důležité...a kór pro staré lidi..“*

**Paní M:** *„Chodím ráda cvičit’,to mě postavilo na nohy, taky když nám dajó přebírání různých materiálů, to se prstečky hébó. To vite,to trénování paměti,dovím se tolik věcí,pravda o nekerých psaly aj v novinách nebo to dávaly v televizi,ale už sem to zapomněla a na tem trénování té paměti si vzpomenu..taky když třeba pečeme, tak taky si vzpomenu,jak jsem pekla ve Vánoce a to stejny si vybavuju když děláme s hlíno...no a tak si pak zpomenu na Vánoce s maminkó,dyž sem byla děcko a tak bych chtěla,aby se to vrátilo.. Taky ty prstečky cvičím, nutím ich k práci, oni potom tolik.....nebolijó. To malování se mi taky líbí, nemusím nic vysvětlovat o ničem mluvit a čmárám. Já vim, co na tym papiře zůstalo, .já u té práce přemýšlim, jak to bude vypadat, těším se až to bude hotovy , ale taky si kolikrát říkám, co bude až nebudu moct a budu ležet na lužku,než umřu... Třeba dyž jsme začínali...tak sem se bála, že to není pro mě... nésu malíř, ale pani, co to vedla,tak ze začátku nám dala papir a barvy, každé jsme si vybrali barvu podle svyho a štětcem jsme si obmalovávali ruku..bylo to zvláštní vidět svoju vlastní ruku a v různých barvách a pak jsme namalovali trávu a lepili motýly barevny a ted’ka, dyž vám to ukazuju, vidíte, všechno je žlutý, zelený a modry. Chodím ráda, když se tu tancuje, jak my jsme rádívali na zábavě, mám ráda dychovku, tu dyž tady spustijó,to cítím až v krku. To se nepoznávám..Ani nohy mně nebolijó, to až druhé deň.“*

**Paní S:** *„Ze začátku...všecko mně pomáhalo...že jsem nad ničím nepřemýšlela..neměla sem čas...ano...napřed jsme dělali lehký věci..a potom..až se udělal celý výrobek...chodím všude...mám ráda společnost..užijeme spoustu legrace...hlava se nutí k přemýšlení...hudba..nádhera..a zpěv miluju..když pečeme..to je jak doma..voní to...zpomenete si na na svátky doma..ruce pracují..procvičují se....dyž jdu*

*ze cvičení...mám radost sama ze sebe,že...no,že jsem se hýbala...taky si povykládáme..co jsme v životě dělali..co nás bolí a tak..pracovnice se nám věnují maximálně...to vám řeknou,jak na to...“*

#### **Dílčí závěr:**

- Respondenti uvedli, že jim kondiční cvičení přispělo ke zlepšení pohyblivosti a soběstačnosti. Z pohybových aktivit se dostavuje pocit radosti
- Návštěva relaxace jim navozuje pocit klidu a vyrovnanosti, podporuje uvolnění.
- Trénink paměti, jak jsem uvedla výše, patří do skupiny oblíbených činností. Respondenti se shodli na skutečnosti, že spoustu informací, které jsou při tréninku paměti získávány, mají zasunuté v paměti a stačí je pouze znovu připomenout. Taktéž kladně hodnotí činnosti spojené s písemným projevem.
- Rozhovory jsem zjistila, že při arteterapii přes počáteční obavy, kdy respondenti tvrdili, že neumí malovat a v životě to nedělali, pod vedením zkušené terapeutky postupně rozvíjeli různé techniky. Taktéž respondenti v rozhovoru uvedli, že si při malování uvědomili vztahy se svými dětmi. Při rozhovoru oslovení respondenti přiznali, že malbou vyjádřilo své niterné pocity (bolest ze ztráty blízkého člověka, pocit strachu ze smrti, obava z budoucnosti, kdy uživatelé uvedli, že se obávají, že skončí upoutání na lůžku a stanou se tak závislými a odkázanými na pomoci jiných (personálu).
- Při práci s hlinou kladně hodnotili podporu jemné motoriky, rozvíjení fantazie a citu pro barvy při glazurování. Většina z oslovených respondentů uvedla, že si při práci s hlinou vybavují dobu, kdy např.: nynější uživatelky domova pekly cukroví a dostávají se stejné nebo podobné pocity sebeuspokojení z dobře provedené práce a radost z finálního výrobku. I u této aktivity respondenti zpočátku projevovali nedůvěru, obavy, že danou práci s hlinou nezvládnou.
- Respondenti se shodli, že návštěvami dětí a studentů v zařízení mají možnost mezigeneračního setkávání, v domově při společných činnostech získali nové přátele.

#### **9. Poskytne Vám pracovnice dostatek času a prostoru k vysvětlení a pochopení?**

- **Je pro Vás nabídka činností v domově dostačující?**

**Pan A:** „Na trénování paměti nás chodí hodně..to vite, dovíme se spóstu věcí, sekery si zopakujeme..taky si zpomenu..,že už sem to slyšel a zapomněl...tak si to zopakuju..akcí **tady pro nás připravujó hodně**, to teda všechna čest, aj na cvičení nás chodí celkem dost'..co se mně nelíbí?...třeba to, že sa mezi sebe nekdy nesnesem..., jako že sa pomlíváme..no,jak staři..**všecko nám dycky vysvětlíjó a řekno,řekno nám to aji třikrát**,dyž je potřeba. Zase mám radost',dyž sa sejdem a zazpíváme si nebo třeba dyž hrajeme nějaké hry..nebo dyž cvičíme, to mám lepší náladu potem ...ptáte sa ně na nevyhody?...**nevím ani snád' žádný**.“

**Paní V:** „Mám radost, že se tu děje tolikých věcí...víte, **pracovnice mají hodně trpělivosti**..to vite..nám to někdy dlouho trvá...na relaxování nás chodí dost...na cvičení, na různé soutěže a hry....trénování paměti...no, tam nás chodí taky dost'... jsem ráda, že se setkáváme, zpíváme...procvičím si hlavu...musím myslet...pracuju rukama...procvičuju si nohy...pěkně prožiju den...a když ráno vstávám, neříkám si, bože co zas dneska bude....nevyhody?...**nevýhoda by byla**,...kdyby se nic nedělo..ne?“

**Pan D:** „nenapadá mně nic...co bych eště chtěl...**máme šecker**...okrem toho mládí...chodím zpivat,negdy cvičit,tam nás chodí móc...taky na paměť..to je dobrý...hlava musí myslet'...taky na spaní (relaxace),to si odpočinu,,to se mně líbi..to mám rád..tam nás chodí no,**dost' akcí je tady**...hrajeme kolotóč a milionára..nemyslíte si..nekdy musím hodně přemýšlet...**děvčata sů hodné**,...oni **nám poradíja**...dyž nekde chodím..**tak mně to rychléš utiká**..“

**Paní P:** „na nás só tady hodni a dycky nám řekno...a počkají, než to pochopíme...mně se líbí, že si procvičuju paměť'...dělám něco pro sebe ..a taky aji pro druhy...když sa něco vyrobí...a někdo si to koupí a má z toho radost'...**dělá se tady pro nás moc** ...ale některý furt bečijó a dyž se jim řekne,aby šli...tak to ne...tož tak to s někeryma je...“

**Paní L:** „mám ráda ruční práce..nebo dyž sa dělá pro kuchyň...to je jak doma..ale taky sedmeme, zazpívame ..to je vám hned lepší..na tym světě...nekdy nás chodí víc...nekdy miň.. **Děvčata s nama starýma mají svató trpělivost**...taky to spani...to je ale fakt moc dobry...věřite?...to se vám pročisti hlava...aji to cvičení...musím sa hébat'...ježišmarja...teho cvičení...tej paměti...teho sem sa bála...že si řekno...stará

*baba...a je...tak blbá...ale chodim tam ráda...a dyž se pracuje...tak to rychlěš ubihá...šak sa teho pro nás dělá habaděj, každý si může vybrat“*

**Paní K:** *„...co vás nemá...když se něco dělá...tak se žije...jinak bysme mohli umřít...a to se mně eště nechce...mně se líbí, že se tady pořád něco děje...a dyž se mně něco nelibi, tak to řeknu...jejda...řekno nám to v klidu a několikrát...“*

**Paní M :** *„Už sem říkala...postavili mně tady fakt na nohy...dyby né jich...ležela bych jak dřevo...ale tady só fakt hodní...všecko vysvětlíj...mám radost, dyž možu neco užitečného dělat...eště...ja, tož nekdy nás je dost...nekdy zas míň, ale každý si může vybrat, dělá se tady všecko, na co si jenom zpomenete“*

**Paní S:** *„Jsu stará...ale aji tak...mám co dělat...,v životě jsem se hodně napracovala...su zvyklá pracovat...a tak mám radost...že můžu být užitečná aji tady...já nemám problém...tady s nikým, opravdu...pracovnice jsou ohromně trpělivé a kolik toho pro nás dělají...“*

#### **Dílčí závěr:**

- Respondenti se shodli, že nabídka aktivit je dostačující a vyhovuje jim.
- Respondenti uvedli, že při prováděných aktivitách se jim personál věnuje, poskytne jim dostatek času a prostoru k pochopení činnosti.

#### **10. Organizují a plánují činnost pouze pracovníci?**

- Máte možnost vznášet podněty, návrhy k činnosti?
- Co se děje s výsledkem (v případě výrobku) činnosti, je prezentován, v případě, že ano, jakým způsobem?

**Pan A:** *„My taky říkáme, co bysme chtěli dělat, aji když jedeme na zájezd, tak se domlouváme. Říkáme třeba, že chceme hrát kuželky nebo šipky. Vyroby se prodávají, tady v zařízení, na výstavě nebo na jaře na náměstí.“*

**Paní V:** „*To, co se vyrobí, se vystavuje. V knihovně a prodává se to. Vím, že se to prodává na jarmaku na náměstí...my říkáme děvčatům, co bysme chtěli dělat, když máme trénování paměti, vymýšláme společně témata, co chceme slyšet a co nás zajímá.*“

**Pan D:** „*My sa domlouváme a řekneme, ešli by šlo to či ono. Aji na trénování tej paměti sa domlouváme, o čem budeme mluvit příště. A dyž sa mně to nelůbi, tak to řeknu...No, ty hezké věci sa prodávajů a nekdy sa dávajů jako dárek třeba děckám nebo tem, co nám sem chodijó vystupovat.*“

**Paní P:** „*Děvčata se ptají, co bysme chtěli a nechtěli dělat, my se sami rozhodujem, máme do toho co mluvit...nekery věci se prodaly, nekery mame tady třeba na chodbách.*“

**Paní L:** „*To víte sama, že možem do toho mluvit. Řekno nám, co se bude dět a máme na výběr a taky sami řekneme, co bysme chtěli....neco sa prodá, neco aj rozdá.*“

**Paní K:** „*Výrobky se prodají, některý rozdají, třeba z lásky...my se rozhodujeme, čeho sa zúčastnime a čeho ne a taky se nás pracovnice ptají.*“

**Paní M:** „*Pracovnice se ptajů, co chceme a tak...výrobky se dávajů na výstavy a predávajů sa.*“

**Paní S:** „*Já chodím, kde mně to baví,...můžu říct, že se mně to nelíbí, že bych si představovala něco iného, děvčata se ptají...výrobky..třeba keramika se prodá, měli sme i vernisáž obrazů...co sme malovali s pani, co za nama chodila do domova.*“

#### **Dílčí závěr:**

- Respondenti uvedli, že mají možnost se vyjadřovat k organizování a realizaci akcí v zařízení.
- Výrobky jsou použity na výzdobu domova, na prezentaci v knihovně Kroměřížska, jarmarku Sociálních služeb města Kroměříže, kde je možno výrobky zakoupit.

#### **11. Vyhledáváte a využíváte aktivit mimo zařízení?**

- Účastníte se pravidelně/nepřavidelně aktivit mimo domov?

- V případě, že byste se rozhodl/a pro aktivitu mimo zařízení, doprovodí Vás v případě potřeby personál?
- Jakým způsobem se o dané akci konané mimo zařízení máte možnost dozvědět?

**Pan A:** „*Já sem dřív chodil sám všady, do města, do konzumu. Co mě vzala ta mrtvica, je to horší, ale aji tak se s ostatníma dostanu, tam, kde potřebuju. Jezdíl sem odsud' aji na zájezdy s duchodcama z města,..no ted' už né,ted' s personálem...Oni nám řeknú, co bude ve městě a taky nám všesajó na nástěnku ke vchodu plakáty.no a dyž sem přinde pán na to zpivání, tak taky řekne, kde co bude...dyž už te'dka moc nikde nechodim, chodijó za nama děcka, aji ze škol. a taky pani, co s nama maluje..jo,abych nezapomněl, měly sme tady módni přehlídku, před nedávnem..pry byly z Huléna..“*

**Paní V:** „*Chodím s dcerama, ale aji s personálem, ano, vime, co děje..jak to vime? Kdosi nám dává ke dveřím plakátky a tam si to přečteme, také nám to řeknou...ale tady je pořád akcí, pořád je co dělat.“*

**Pan D:** „*Dyž sa děje cosi ve městě, tak nám o tym říkajů a taky dole visí plakáty..já dych chtěl nekde jít, tak se domluvím s děvčatama a ony by to zařídily...ale já zatím chodím sám, dyž chcu.“*

**Paní P:** „*Chodím za kamarádkó, ta mně řekne, co je ve městě novýho, ale aji v domově nám říkajó, že bude výstava nebo tak..a taky není problém, protože to visí na nástěnce..chodím sama..ale kdybych potřebovala a domluvila se, tak mně doprovodijó.“*

**Paní L:** „*My vime, co děje, chodijů sem vystupovat', chodí sem pan na zpivání.., taky náštěvy a každý řekne, co se kde děje..a taky nám visí různé plakátky v domově..dybych chtěla jít, tak děvčata se mnó pudó.“*

**Paní K:** „*Dyž jdu do města tak se dívám na plakáty, ale ty visí u nás taky u dveří...a taky nám to říkají pracovníci..,když něco potřebuji, řeknu děvčatům..domluvíme se...víte..,tady to není problém.“*

**Paní M :** „šhecko nám řekno...a taky to visí na nástěnce....dyž potřebuju...řeknu a je to...“

**Paní S:** „když to potřebuju vědět...tak se zeptám, taky to tady je na nástěnce...sem chodí lidí...ale oni nám to říkají..“

**Dílčí závěr:**

- Respondenti uvedli, že se akcí mimo zařízení účastní nepravidelně a po domluvě s personálem, mají možnost využít na tyto akce doprovod z řad personálu.
- Respondenti se shodli, že o akcích se dozvídají pravidelně od personálu, dále mohou informace získat z nástěnky v zařízení a od arteterapeutky a dobrovolníka, který v zařízení organizuje hudební kroužek.
- Radost nepůsobí pouze výrobky, ale hlavně skutečnost, že se respondenti sdružují, povídají si o svých radostech a starostech se svými vrstevníky. Jedna respondentka uvedla: „Jsou ráda za každou činnost tady, za to, že tady můžu ostatním povědět, co mě bolí nebo trápí. Víte, mám hodný děti, ale oni furt spíchají, nemají čas a ani náladu poslouchat moje stesky, ale oni taky jedné budó staří a bude je něco trápit a bolet třeba nohy...A tady mě aspoň vyslechnou.“

## 7 SHRNU TÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

Jako hlavní výzkumnou otázku jsem si zvolila:

*Jaký je přínos aktivizačních programů pro seniory žijících v domově pro seniory U Moravy?*

Dílejší otázky uvádím v následujících podkapitolách.

### 7.1 Období adaptační fáze

#### *1. Jakým způsobem napomáhá aktivizace seniorům při nástupu do zařízení v období adaptační fáze?*

Na základě získaných informací jsem došla k závěru, že veškeré činnosti a aktivity napomáhají respondentům v období adaptační fáze snižovat pocity strachu a obav z nového prostředí. Respondenti se shodli, že neměli čas myslet na to, že byli okolnostmi donuceni odejít z domácího prostředí do rezidenčního zařízení a také veškeré aktivity smysluplně naplňují volný čas seniorů.

### 7.2 Navazování a posilování sociálních kontaktů

#### *2. Souvisí aktivizace uživatel rezidenčního zařízení s navazováním a posilováním sociálních kontaktů?*

Z rozhovorů s respondenty jednoznačně vyplývá, že aktivizace napomáhá rozvoji a posilování sociálních kontaktů a vazeb. Respondenti se setkávají s ostatními vrstevníky při konání různých akcí, do zařízení dochází žáci a studenti - možnost mezigeneračního setkávání. Taktéž se respondenti účastní aktivit v rámci města, kdy se setkávají s lidmi žijícími mimo zařízení (např.: koncert pro seniory v zámku Kroměříže, Vánoční posezení pro seniory konané ve spolupráci s Klubem seniorů).

V rámci arteterapie a muzikoterapie pod vedením terapeutů, kteří nejsou zaměstnanci domova, se respondenti setkávají s lidmi většinové společnosti.

Respondenti kladně hodnotí setkávání s knězem, který napomáhá v pravidelných intervalech v zařízení.



### 7.3 Možnost spolurozhodování

#### *3. Jsou uživatelé pouze pasivními příjemci nebo mají možnost spolurozhodování při výběru a nabídce aktivizačních činností?*

Respondenti ve svých odpovědích uvedli, že vznášejí připomínky a podněty k aktivitám a akcím pořádaným v rámci zařízení, z rozhovorů tedy jednoznačně vyplývá, že respondenti nejsou pouze pasivními příjemci, ale mají možnost participovat na veškerém dění.

### 7.4 Přínos aktivizačních programů

#### *4. Co je přínosem aktivizačních programů pro seniory?*

Oslovení respondenti se shodli, že aktivity jsou přínosné, neboť jak jsem již výše uvedla, jsou vhodnou náplní volného času, navozují u respondentů pocit smysluplnosti (výrobky pracovních terapií), taktéž vedou k udržování a podpoře soběstačnosti a samostatnosti (cvičení, psaní).

Respondentka, která do zařízení nastoupila po úraze, jako imobilní uvedla, že pravidelné cvičení a nácviky chůze napomohly ke zlepšení jejího zdravotního stavu natolik, že je schopna se nyní pohybovat bez cizí dopomoci a invalidního vozíku.

Činnosti podporují fantazii, kreativitu, smysl pro barvu (malování, práce s hlínou), což je spjato s estetickým cítěním. Respondenti se schází se svou vrstevnickou skupinou, prostřednictvím které řeší své radosti a starosti, čímž dochází k udržování a posilování komunikace.

Relaxační techniky přinášejí respondentům pocity uvolnění a zklidnění.

Respondenti uvedli, že v rámci arteterapie došlo k uvědomění si vlastních niterných pocitů (obava a strach ze smrti, závislost na cizí osobě, vztahy s rodinnými příslušníky).

Respondenti kladně hodnotí setkávání s knězem, který pečuje o jejich duchovní stránku. Pro věřící seniory je tato služba velmi důležitá.

Setkávání respondentů při muzikoterapii, kdy uživatelé zpívají, se objevuje pocit radosti a štěstí, neboť zpěv patří k základním lidským projevům od nejtělejšího dětství.

Někteří respondenti uvedli, že akce pořádané k příležitosti svátků (Vánoce, Velikonoce) navozují stejné pocity, jako když žili v domácím prostředí.

## 7.5 Poznávání nových aktivit a činností

### *5. Přinesl seniorům odchod do domova nové aktivity nebo činnosti, které doposud neprováděli nebo se s nimi nesetkali?*

Respondenti uvedli, že se s některými nabízenými aktivitami poprvé setkali až v domově. Např.: arteterapie byla pro většinu oslovených naprostou „novinkou“. Taktéž relaxace, která se stala pro respondenty samozřejmou součástí jejich života, byla pro ně v době, kdy žili v domácím prostředí neznámým prvkem. Práci s hlínou si taky většina respondentů poprvé vyzkoušela až po vstupu do zařízení.

## ZÁVĚR

Cílem mé práce bylo zaměřit se na aktivizaci seniorské populace v domově pro seniory a zjištění vlivu aktivit na život seniora z pohledu samotných uživatelů. Vycházela jsem z informací sdělených od respondentů při rozhovorech. V teoretické části jsem využila důležitých informací získaných prostřednictvím studia příslušné literatury, které jsem posléze využila také v části praktické. Pokusila jsem se vymezit pojmy spojené s obdobím stáří, možnostmi aktivit seniorů žijících v přirozeném prostředí a formami poskytované péče seniorům. V praktické části jsem vycházela z výzkumu v domově pro seniory, provedeného formou polostrukturovaného rozhovoru s respondenty.

Cílem mé práce bylo poskytnout odpověď na stanovenou výzkumnou otázku *Jaký je přínos aktivizačních programů pro seniory žijících v domově pro seniory*. Na základě zjištění se senioři shodli, že veškeré aktivity a činnosti v rámci zařízení i mimo zařízení jim napomáhají v adaptační fázi, tedy v období, které souvisí s výraznou změnou v jejich dosavadním životě, v době, kdy odchází z přirozeného prostředí do rezidenčního zařízení.

Pestrá nabídka aktivit podporuje, udržuje a rozvíjí sociální kontakty a navozuje pozitivní emoce, jako je radost, pocit užitečnosti, sounáležitosti, radost ze setkávání, jednak s vrstevnickou skupinou, ale také i mezigenerační setkávání.

Vhodně zvolené aktivizační programy, taktéž motivace, zapojení seniorů do činnosti a možnost uživatel rozhodovat o aktivitách v domově pro seniory snižuje riziko sociálního vyloučení a uživatelé se nestávají pouze pasivními příjemci sociální služby.

Díky přímému kontaktu s uživateli jsme měla možnost získat cenné informace. Za dobu strávenou při společných rozhovorech mezi námi vládla velmi příjemná a důvěrná atmosféra. Uživatelé mi dovolili a pomohli nahlédnout do svých soukromých životů, radostí, ale i starostí. Tato práce mi poskytla i určitou zpětnou vazbu. Získané poznatky využiji přímo v praxi, kdy jako vedoucí pracovník prostřednictvím klíčových pracovníků mohu být nápomocna nově přichozím klientům právě nabídkou aktivizačních činností.

Podněty a návrhy klientů budou využity při zpracovávání plánů nabídky činností, také mohou sloužit jako podklad při výběru a rozšiřování stávajících aktivit.

Znalost pocitů a náhledů uživatel je cenným zdrojem informací pro pracovníky, může napomoci pracovníkům k pochopení, toleranci a vhodnějšímu přístupu při motivaci k aktivitě seniorů žijících v pobytových zařízeních.

S měnící se skladbou uživatel a jejich potřebami, je třeba pružně reagovat na potřeby dnešních seniorů, které se diametrálně liší od požadavků a potřeb předcházející generace seniorů.

Práce je popsána hlediska pohledu uživatel, v budoucnu by mohla být rozšířena o podněty, postřehy a zkušenosti personálu.

Práci bych chtěla zakončit následným citátem:

*„Náš tělesný dům potřebuje především tekutiny a potravu a pohyb. Náš citový dům potřebuje prožívat příjemné a vidět krásné. Poznat i prožitek nepříjemného, abychom pak dokázali správně rozeznat, co potřebujeme a kde to hledat. Náš sociální dům potřebuje láskyplný vztah s milovanou osobou-dělat jí radost, sdílet s ní krásné i smutné chvíle, mít přátele, užitečnou práci, mít sousedské vztahy a setkávat se s druhými lidmi. Součástí lidského života je však též bolest a utrpení, avšak pamatujme na to, že život je také radost a zábava, a nezapomínejme, že máme také dům přání a nadějí, kde objevujeme možnosti, jak nepříjemné situace překonat.<sup>15</sup>“*

---

<sup>15</sup> Klevetová, D. *Motivační prvky při práci se seniory*, Praha:Grada, 2008, str. 57

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] ČÍŽKOVÁ, J A KOL. *Přehled vývojové psychologie*, 2.vyd.Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008.176 s. ISBN 978-80-244-2141-4
- [2] GRUSS, P. *Perspektivy stárnutí*. 1.vyd. Praha: Portál, 2009. 222s. ISBN 978-80-7367-605-6
- [3] HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*. 1.vyd. Praha: Panorama, 1990. 409 s ISBN 80-7038-158-2
- [4] KALVACH, Z. *Geriatric a gerontologie*. 1.vyd. Praha: Grada, 2004.864 s. ISBN 80-247-0548-6
- [5] KLEVETOVÁ, D. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1.vyd. Praha: Grada 2008. 208 s. ISBN 978-80-247-2169-9
- [6] MAŇÁK, J.; ŠVEC, Š.; ŠVEC, V. *Slovník pedagogické metodologie*, 1.vyd. Brno: Paido, 2005.136 s. ISBN 80-7315-102-2
- [7] MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*. 1.vyd. Praha:Portál 2005.352 s. ISBN 80-7367-002-X
- [8] MÜLLER, O. *Terapie*. 1.vyd. Univerzita Palackého v Olomouci 2005.295 s. ISBN 80-244-1075-3
- [9] STRAUSS, A.; CORBINOVÁ, J. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. 1.vyd.Boskovice: Albert, 1999.196 s. ISBN 80- 85834-60X.
- [10] STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. 1.vyd. Praha: Portál 1999.320s. ISBN 80-7178-274-2
- [11] SÝKOROVÁ, D. *Autonomie ve stáří*. 1.vyd. Praha:Slon, 2007. 284 s. ISBN 978-80-86429-62-5.
- [12] ZÁKON 108/2006 Sb., o sociálních službách

**POUŽITÉ INTERNETOVÉ ZDROJE**

<http://www.sskm.cz/zarizeni.asp?zarizeniid=3>

## SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

CMP	Cévní mozková příhoda
SSmK	Sociální služby města Kroměříže

## SEZNAM OBRÁZKŮ

1. Pohled na budovu zařízení
2. Pohled na budovu zařízení boční
3. Vstupní prostor domova
4. Místnost, kde se uživatelé scházejí při relaxace, tréninku paměti
5. Jídelna v přízemí
6. Jídelna uživatelů 3. patra, která slouží i jako společenská místnost
7. Místnost určená pro ergoterapii, arteterapii
8. Kaple



Obr. 1: pohled na budovu zařízení



Obr. 2: pohled na budovu zařízení boční





Obr. 3: Vstupní prostor domova



Obr. 4: Místnost, kde se uživatelé schází při relaxaci, tréninku paměti



Obr. 5: Jídelna v přízemí



Obr. 6: Jídelna uživatelů 3. patra, která slouží i jako společenská místnost



Obr. 7: Místnost určená pro ergoterapii, arteterapii



Obr. 8: Kaple

## **SEZNAM PŘÍLOH**

P I: Schéma rozhovoru

P II: Souhlas uživatele s pořizováním a následným zpracováním zvukového záznamu

## PŘÍLOHA P I: SCHÉMA ROZHOVORU

1. Přišel/la jste do domova sám/a, s partnerem?
  - Co Vás vedlo k nástupu do zařízení?
  - Jaké pocity se dostavovaly před nástupem do domova (strach, těšení se...)
  
2. Máte samostatný pokoj?
  - Jak vycházíte se spolubydlící/m?
  - Jste spokojeni s personálem, snaží se Vám vyjít vstříc?
  - Celkově jste tady spíše spokojen/a či nespokojen/a?
  - Co Vás trápí nebo naopak těší?
  
3. Máte pocit, že nástupem do domova se Váš život změnil?
  - Máte pocit, že nástupem do domova se Váš život zhoršil/obrátil k lepšímu?
  - Co Vám zde schází?
  
4. Jak trávíte čas v domově?
  - Využíváte nabídek činností pořádaných domovem?
  - Jakým způsobem se o denních aktivitách dozvídáte?
  - Máte možnost si sám/a dobrovolně zvolit nabízenou aktivitu?
  - Víte, kterých volnočasových aktivit se máte možnost v zařízení zúčastnit?
  
5. Kterou aktivitu navštěvujete?
  - Využíváte více druhů aktivizací nebo navštěvujete pouze jednu?
  - Jak často se účastníte nabízené/ných aktivizace/cí?
  - Jak dlouho se aktivizace účastníte?
  
6. Účastníte se pravidelných/příležitostných akcí pořádaných zřízením?
  - Účastníte se sportovních akcí?(sportovní hry seniorů, zimní sportovní hry, zájezdy...)
  - Účastníte se kulturních a společenských akcí?(společenský ples, oslava Dne seniorů, ...)
  - Našel jste s příchodem do domova nové přátele?
  - Setkáte se s ostatními klienty v domově?

- Jaké se u Vás dostavují pocity ze společných setkání?
7. V případě, že Vám působí obtíže dojít samostatně na Vámi zvolenou činnost, je Vám personál ochoten dopomoci?
- Pomohla Vám činnost/i v období (adaptace) přechodu z domova?
  - Navázal/a jste nové kontakty (přátelství) při provádění aktivizace?
8. Máte pocit, že Vám činnost pomohla?(v čem konkrétně)
- Jaké máte pocity při provádění určitého druhu činnosti?
  - Pozorujete na sobě změny, konkrétně jaké?
  - Co se Vám vybaví, na co si při činnosti vzpomenete?
9. Poskytne Vám pracovníce dostatek času a prostoru k vysvětlení a pochopení?
- Je pro Vás nabídka činností v domově dostačující?
10. Organizují a plánují činnost pouze pracovníci?
- Máte možnost vznášet podněty, návrhy k činnosti?
  - Co se děje s výsledkem (v případě výrobku) činnosti, je prezentován, v případě, že ano, jakým způsobem?
11. Vyhledáváte a využíváte aktivit mimo zařízení?
- Účastníte se pravidelně/nepravidelně aktivit mimo domov?
  - V případě, že byste se rozhodl/a pro aktivitu mimo zařízení, doprovodí Vás v případě potřeby personál?
  - Jakým způsobem se o dané akci konané mimo zařízení máte možnost dozvědět?

## **PŘÍLOHA P II: SOUHLAS UŽIVATELE S POŘIZOVÁNÍM A NÁSLEDNÝM ZPRACOVÁNÍM ZVUKOVÉHO ZÁZNAMU**

### **Souhlas uživatele s pořizováním a následným zpracováním zvukového záznamu**

Souhlasím, aby Vladimíra Marková, studentka 3. ročníku oboru sociálního pedagogika  
Fakulty humanitních studií UTB ve Zlíně pořídila zvukový záznam z našeho rozhovoru.  
Získané informace budou následně využity při zpracování bakalářské práce.  
Souhlas vydávám s podmínkou, že nebude zveřejněno mé jméno a příjmení.

V Kroměříži dne

-----

Podpis uživatele