



Diakonie ČCE – středisko Rolnička Soběslav
a HESTIA – Národní dobrovolnické centrum

Sborník příspěvků z konference

Dobrovolnictví v roce aktivního stárnutí 2012

17. - 18. září 2012, Soběslav







**Diakonie ČCE – středisko Rolnička Soběslav
a HESTIA – Národní dobrovolnické centrum**

Diakonie 
Českobratrské církve evangelické
Středisko Rolnička



Sborník příspěvků z konference

**Dobrovolnictví
v roce aktivního stárnutí 2012**

(17.-18. září 2012, Soběslav)



Evropský rok **aktivního stárnutí**
a **mezigenerační solidarity 2012**





Společenské centrum Soběslavska – KINO
Nerudova 424, 392 01 Soběslav
www.kinosobeslav.cz



Sestavil: PhDr. Jiří Tošner
Grafická úprava: Jiří Ježek
Autorka fotografií: Simona Veselá
Tisk: Tiskárna X-Print, Příbram
Vydala: HESTIA, o. s., Praha 2012





OBSAH:

<i>Zahájení konference - úvodní projevy</i>	7
PŘÍSPĚVKY:	
Diakonie ČCE otevřená (nejen) seniorům (<i>Ing. Tomáš Nejedlo</i>)	13
Barevné dny s dobrovolníky v Centru následné péče ve FN v Motole (<i>Bc. Jana Hurdová, Mgr. Renata Vejdělková</i>)	19
Seniorky dobrovolnice v dobročinných obchodech (<i>Bc. Petra Milsimerová</i>)	22
Dobrovolnictvo seniorov na Slovensku (<i>PhDr. Alžbeta Brozmanová Gregorová, Ph.D.</i>)	25
Výsledky výzkumu se zaměřením na dobrovolníky v nemocnicích (<i>Mgr. Erika Panenková</i>)	35
Dobrovolnictví v Prachaticích z pohledu Zdravého města a zdravého aktivního stárnutí (<i>Hana Rabenhauptová</i>)	42
Bariéry dobrovolnictví ve zdravotně sociální oblasti i v roce aktivního stárnutí (<i>Mgr. Šárka Pechková (Koubová), Mgr. Bohdana Břízová, Ph.D., Bc. Iveta Rodková</i>)	48
Seniorské mezinárodní dobrovolnictví „Nové horizonty“ (<i>Ing. Iva Maciá</i>)	59
Jak pomáhají senioři Moravskému zemskému muzeu (<i>Mgr. Pavla Výkoupilová</i>)	61
Dobrovolníci v Severočeské vědecké knihovně (<i>Ivana Pešková</i>)	64
Dobrovolnictví na oddělení geriatric a následné péče Krajské nemocnice Liberec (<i>Mgr. Ing. Tomáš Hendrych</i>)	66
Kurzy tréninku paměti pro seniory na Zdravotně-sociální fakultě JU vedené studenty-dobrovolníky (<i>Mgr. Lenka Matřhová, Mgr. Kateřina Kosová</i>)	70
Možnosti využití dobrovolníků v oblasti aktivizačních činností v pobytových sociálních zařízeních (<i>Mgr. Lenka Matřhová</i>)	74
Dobrovolnický program „DOHROMADY“ zaměřený na trávení volného času s lidmi s mentálním postižením v Karlovarském kraji (<i>Mgr. Romana Trutnovská</i>)	79
Dobrovolnictví ve vzdělávání (nadaných) (<i>Ing. Mgr. Vojtěch Tutr</i>)	82
Dobrovolnictví jako cesta k udržení duševního zdraví a aktivity (<i>Mgr. et Bc. Monika Válková</i>)	85
Seznámení s „Národní strategií podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013-2017 (<i>PhDr. Jiří Tošner</i>)	87
<i>Doprovodný program konference</i>	90





Motto:

„Co neprospívá roji, to neprospívá ani včele“

(Marcus Aurelius, Hovory k sobě)





ZAHÁJENÍ KONFERENCE

Konferenci moderoval Jan Dolínek, ředitel Nadačního fondu Veolia.



Konferenci zahájilo divadelní vystoupení „Červená Karkulka“ žáků speciálních škol Rolničky.





Ing. Jindřich Bláha, starosta města Soběslav



Dobrovolnictví a Soběslav

Ve dnech 17. a 18. září se v soběslavském společenském centru uskutečnila konference Dobrovolnictví v roce aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012. Jsem velmi rád, že se tato významná akce uskutečnila právě v Soběslavi, kde má dobrovolnictví dlouhou a úspěšnou tradici. Pod vedením společnosti pro podporu lidí s postižením I MY a Dobrovolnického centra v Rolničce se podařilo dát dohromady množství dobrovolníků, kteří pomáhají širokému spektru našich spoluobčanů ve městě a okolí. Vznikl také klub dobrovolníků, který působí ve zrekonstruovaném rožmberském hradu, kde je dnes městská knihovna a kde se vyrábí pomůcky pro lidi s nejrůznějšími postiženími. Chtěl bych poděkovat všem dobrovolníkům, kteří ve svém volném čase bez nároku na finanční odměnu pomáhají svým spoluobčanům radou, pomocí nebo výrobou nejrůznějších potřeb. Byl bych velmi rád, kdyby počet dobrovolníků rostl a působili tak úspěšně jako doposud.





Mgr. Pavel Eybert, senátor Parlamentu ČR



Vážení účastníci konference Dobrovolnictví v roce aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012, dovoluji Vám tímto prostřednictvím. Velice si vážím Vaší dobrovolné práce ve prospěch potřebných spoluobčanů všech možných skupin, kteří se neobejdou bez pomoci druhých. Nemají všichni, kteří žijí okolo nás, to štěstí, že jsou zdraví, úspěšní a šťastní. O to více mě těší, že Vy, kteří můžete, pomáháte. Potkávám se často s lidmi, kteří se na mě obracejí se svými problémy, a tak vím, jak těžké životní situace na některé z našich spoluobčanů dopadají. Stát neumí vyřešit vše svými zákony, vyhláškami, předpisy, a také to, co má vyřešit, neposkytne vždy dostatečně rychle. A zde je Vaše dobrovolná pomoc mnohdy tím, co zachraňuje druhým důstojnost, zdraví, ale i životy. Zním několik dobrovolnických center, nejvíce snad to z Rolničky. Poskytuje již řadu let pomoc potřebným, především klientům Rolničky. Bez jejich práce by jistě Rolnička nebyla tím, čím je pro své klienty. Chtěl bych Vám všem popřát do dalších let Vaší dobrovolnické práce, ale i v osobním životě hodně štěstí, zdraví a nadšení, ale také hodně dalších dobrovolníků pomáhajících Vám ve Vaší tolik potřebné práci pro naše spoluobčany, kteří Vaši pomoc velmi vítají.





**Mgr. Karel Novák,
ředitel Diakonie ČCE - středisko Rolnička**



Spolupráci s dobrovolníky jsme v Rolničce získali do vínku jako přirozenou součást práce již od samého vzniku organizace. Přičítám to zejména tomu, že Rolnička sama o sobě mohla vyrůst takzvaně „odzdola“ díky velkému a nezbytnému vkladu dobrovolné práce zakladatelů, rodičů, sympatizantů a prvních zaměstnanců. Všichni byli zaujati smyslem a důležitostí v té době nebývalého záměru, vzniku nestátní neziskové organizace, která nabídne moderní službu rodinám s dětmi se zdravotním postižením. Od dob vzniku uběhla řada let, a přesto s dobrovolníky stále počítáme v nejrůznějších činnostech a jsem rád, že oni zas počítají s námi a svoji práci pro Rolničku vidí jako smysluplnou a žádanou. Práce s dobrovolníky je tak nyní programově začleněna do organizace jako přirozená součást určitého způsobu práce. Pomoc dobrovolníků vnímáme mimo jiné jako zpětnou vazbu od lidí z „venku“, kteří nám svoji prací a časem vyjadřují sympatii k poslání naší práce. To je nám vzájemnou posilou i radostí. Přeji našim dobrovolníkům, aby uměli vytěžit ze spolupráce řadu pozitivních hodnot pro svůj osobní rozvoj a byli si vždy vědomi toho, že si jejich práce vážíme a je pro nás velmi důležitou součástí dění v Rolničce.





**Ing. Vladimíra Ondráková,
obchodní ředitelka Hasičské vzájemné pojišťovny, a.s.**



**Hasičská vzájemná pojišťovna
podporuje dobrovolnické organizace**

Hasičská vzájemná pojišťovna, a.s. je už od roku 1999 pojistitelem společnosti HESTIA, o. s., neziskové organizace a Národního dobrovolnického centra v Praze. Hlavním pojistným programem pro tuto dobrovolnickou organizaci je pojištění odpovědnosti za škodu, kterou dobrovolník při své činnosti způsobí. Jedná se o škody na majetku a o škody na zdraví způsobené třetí osobě, tedy někomu jinému. Dalším pojištěním, které Hasičská vzájemná pojišťovna, a.s. zrealizovala je úrazové pojištění dobrovolníků a pojištění odpovědnosti za škodu neziskové organizace HESTIA, o. s., kterou způsobí svému dobrovolníkovi. Velmi žádaným pojištěním je také odpovědnost za škodu způsobenou zvířetem při zooterapii. Jedná se o pojištění škod na zdraví a na majetku klienta, způsobenou zvířetem. Pojištěna jsou všechna zvířata, která se k zooterapii používají, a jedná se zejména o psy, kočky, králíky a morčata. Pojišťovna také z uvedeného pojištění hradí i nezbytné náklady spojené s přepravou poškozeného klienta k lékaři. O kvalitě naší spolupráce s HESTIA, o. s. svědčí i skutečnost, že počet pojištěných dobrovolníků v roce 2003 činil 168 osob a v roce 2011 již 3.536 osob. „V letošním roce slaví Hasičská vzájemná pojišťovna, a.s. 20 let obnovení své činnosti. Zajištění kvalitního a cílově zaměřeného pojištění je jedním z hlavních úkolů, kterým chceme dobrovolnickou činnost podporovat. Podpora neziskových a dobrovolnických organizací je v dnešní, ekonomicky složité době, důležitou činností, kterou se chceme zabývat, a v dalších letech budeme i rádi vykonávat“, konstatovala na konferenci v Soběslavi obchodní ředitelka Hasičské vzájemné pojišťovny, a.s., Ing. Vladimíra Ondráková.





**PhDr. Jiří Tošner,
předseda občanského sdružení HESTIA**



Nejvíce si cením aktivit a celkové atmosféry, jaká panuje v Soběslavi, i to byl důvod, proč jsme zde konferenci uspořádali. Tedy spolupráce obce, neziskovek, firem i občanů – stručně řečeno jde o komunitní dobrovolnictví, tak jak ho bude prezentovat na příklad zástupkyně města Prachatice Hana Rabenhauptová. Paradoxně mne také těší závěr výzkumu Šárky Koubové - Pechkové a jejích kolegyně z Jihočeské univerzity České Budějovice, ve kterém se uvádí, že polovina zařízení ve zdravotně sociální oblasti dosud s dobrovolníky nespolupracuje. Před cca desíti lety by to bylo totiž téměř 90% takových organizací, které o dobrovolnictví ani nezavadily. V posledních letech podobný proces probíhá v oblasti kultury - knihovny, divadla, muzea a galerie se postupně opovažují spřátelit se s dobrovolníky, takže pokud někdo za deset let vyzkoumá, že je to již téměř polovina kulturních institucí, do kterých docházejí dobrovolníci, bude to také dobrá zpráva. První kroky v Moravském zemském muzeu v Brně a v Severočeské vědecké knihovně v Ústí nad Labem - jak uslyšíte v referátech, tomu jen nasvědčují. Originálním přínosem je program INSTAND pro zdravotně postižené, kterým dobrovolníci pomáhají se začlenit do běžného života v rámci transformace sociálních služeb – tedy při jejich přesunu z ústavu do chráněného bydlení v komunitě.





PŘÍSPĚVKY

DIAKONIE ČCE OTEVŘENÁ (NEJEN) SENIORŮM

Ing. Tomáš Nejedlo,
člen správní rady, náměstek ředitele
(Diakonie ČCE, Praha)
e-mail: nejedlo@diakonie.cz



Diakonie Českobratrské církve evangelické (DČCE) je druhou největší neziskovou organizací poskytující sociální služby. Svoji činnost obnovila již v polovině roku 1989. Působí po celé republice ve 110 zařízeních, které reprezentují střediska či speciální školy. Poskytuje sociálně zdravotní, vzdělávací a pastorační služby. Jedná se o široké spektrum služeb od rané péče, pomoci rodinám s dětmi s postižením, přes provoz nízkoprahových center, azylových domů, přes chráněné dílny až po četná seniorská zařízení, nebo hospic pro umírající. Každý běžný den poskytujeme v jediný okamžik pomoc (obsluhu, ošetření) najednou pro 2.000 klientů!





Trocha statistiky - ročně využije služeb DČCE:

- 4 670 dětí a dospělých v sociálních a zdravotních službách;
- 11 000 kontaktů a návštěv v různých typech poraden;
- 32 100 kontaktů s dětmi a mladými dospělými v NDZM;
- 10 500 kontaktů s rodinami v terénu.

Diakonie respektuje potřeby jednotlivců, podporuje rodinné prostředí se zachovávajícími vazbami a pomáhá všem bez ohledu na vyznání.

Vzhledem k tomu, že služby pro seniory tvoří podstatnou část práce DČCE, je téma seniorů pro DČCE velmi důležité. Opět trochu statistických čísel - ročně se staráme (opakovaně) zhruba o:

- 4000 seniorů v terénních službách – pečovatelé, ošetřovatelé;
- 150 seniorů v ambulantních službách - např. stacionáře;
- 900 seniorů v pobytových službách - např. domovy pro seniory;
- 400 seniorů v hospicové péči.

Jaké jsou výsledky sociologických průzkumů na téma stárnutí? Seniorů v české populaci výrazně přibývá. V roce 2050 bude žít v ČR až 3 miliony obyvatel nad 65 let. Jsou přehlíženi a podhodnoceni. DČCE usiluje takové smýšlení změnit...

Tato čísla nejsou DČCE lhostejná, a proto kromě „běžných sociálních služeb“ vnáší celospolečenská témata spojená s diakonickou činností. Jedním z témat je např. bydlení seniorů. Proč toto téma? V ČR žije v pobytových zařízeních přibližně 87 tisíc seniorů. Tisíce jich jsou na čekacích listech. 1.600.000 lidí ve věku 65+ však žije běžně v domácnosti. V letech 2009 - 2010 provedla DČCE průzkum o tom, jak senioři žijí. 2/3 seniorů v ČR bydlí v bytech s bariérami! Proto DČCE realizuje sociální poradenství - poradny ve střediscích - poradny pro bydlení ve stáří.

Je třeba podporovat, aby senioři zůstávali ve svém domácím prostředí – je to přirozenější a v důsledku pro společnost/stát také levnější. Velkou roli zde hraje včasná příprava na seniorský věk! Stáří není nemoc, ale součást života. Stáří si lze užít a vychutnat. Pro staršího člověka je důležité žít v prostředí, jež je mu důvěrně známé, kde má vazby na rodinu a přátele, prostě domov. Na druhou stranu pro tisíce lidí se stávají jejich domovy „klecí“, odkud se nedostanou, nebo kde se nemohou bezpečně pohybovat. Zároveň v domovech důchodců se předčasně ocitají lidé, kteří tam nepatří,





„Ageismus v ČR - šest bodů pro novinářskou praxi“

V letech 2004/05 provedly kolegyně Sedláková a Vidovičová mediální průzkum s těmito závěry:

- obraz seniora je nevyvážený, zjednodušující;
- cca 70% příspěvků o seniorech jsou z kategorie kriminalita, ekonomie (dopravní nehody);
- stáří je horší / ošklivější / méněcenné;
- bulvarizace tématu, titulku, jazyka, infantilizace:
 - o Stařík loudil sex po dívce, jež ho předtím oloupila, DENÍK, 23. 11. 2010
 - o Rozpustil důchodce v kyselině! AHAONLINE, 17. 5. 2011
 - o „Držte dědka ve vzduchu“, zní ministerstvem zahraničí LIDOVKY, 4. 4. 2011

Diakonie ČCE jako protipól vytvořila microsite OtevrenoSeniorum.cz:

Diakonie ČCE | Kontakt | Facebook: Otevřeno seniorům | Články pomoci

Otvěreno SENIORŮM

Mýty o stáří | Stáří v médiích | Foto & video

O aktivní soupe máme lepší představu, než o aktivním seniorovi. Dnešní tabu se jmenuje stáří. Chceme to změnit. Tím, že otevíráme seniorům, otevíráme i sami sobě.

- Mýty o stáří
- Jak to vidí senioři
- Příběhy seniorů
- Pro média
- Foto & video
- Kontaktujte nás

Poslední články | všechny články

Cesta do koupelny je už vyšlapaná

Příběhy seniorů

Je pondělí ráno, pečovatelka se staví v pekařství a už nese nákup pro paní Zdenku a její dceru Lenku. Pečovatelka na pravidelné návštěvě doprovodí paní Zdenku do koupelny, pomůže se sprchováním, s oblékáním a připraví snídaně. Spolu s paní Lenkou vše uklidí, seřbou a vyluxují. Venku je pěkně, a tak se na druhý den domlouvají na procházku s vozíkem k nedaleké přehradě, kde paní Zdenka ráda krmí kachny.

ZAMILOVANÉ
VELRYBY
MAJÍ V MEDIÍCH
TĚSI PRÁDA NEJ





Rádi bychom rozptýlili následující mýty o stáří:

(Ad sociologický průzkum Mgr. Lucie Vidovičové, PhD. z let 2005 – 2010)

1) Senioři neexistují

Senioři neexistují jako skupina. Lidé nad 60 či 65 let, kterým jsme si zvykli běžně říkat senioři a považovat je za jakousi uzavřenou, homogenní šedou skupinu, jsou nadmíru různorodým seskupením lidí ve společnosti. Mezi šedesátiletou a osmdesátiletou seniorkou je stejný věkový (i sociální) rozdíl jako mezi novorozěnětem a Britney Spears na vrcholu její kariéry...

2) Stárnutí je proces, nikoli stav

Neexistuje žádný přesně určený čas nebo událost, od kdy bychom mohli o někom říci, že teď už je starý. Celý náš život neznamená ve skutečnosti nic jiného než stárnutí a starší lidé jsou, řekněme jen „mladší lidé s více lety“.

3) Senioři volí, pracují a nakupují

Řada seniorů je aktivních i po oficiálním odchodu do důchodu, jedná se až o 30% pětadesátníků. Více než polovina seniorů nad 60 let (56%) poskytuje finanční výpomoc rodinám svých dětí. Starší lidé sami jsou velmi dobrými zákazníky a konzumenty různých služeb (potraviny, bydlení, rekreace, kultura, sport...).

4) Na stáří se neumírá

Byť je nemocnost ve vyšším věku častější, nelze mezi stáří a nemoc klást rovnítko. I ve velmi vysokém věku se zhruba 1/2 až 2/3 osob těší zcela uspokojivému zdraví. Výsledky potvrzuje i subjektivní hodnocení zdraví, kde pouze 31% mužů a 42% žen nad 75 let hodnotí své zdraví jako špatné! Mezi osobami žijícími v domácnosti je ve věku mezi 60 - 74 lety 84% osob zcela nezávislých na pomoci druhých.

V rámci webu „OtevrenoSeniorum.cz“ DČCE vytvořilo úvodní postery na přelomu let 2011/12 „Dnešní tabu se jmenuje stáří“





Tyto postery jsou umístěny v telefonních budkách (světelná reklama) v Praze, kraj-
ských městech na 400 plochách během roku 2011. Dále v tištěných médiích – celore-
publikových magazínech či denících.

Dále byl vytvořen televizní spot „Stáří nám může dát víc...“



Jak DČCE naplnila vytyčené měřitelné cíle?

Sledovatelnost umístěné reklamy:

- čtenáři periodik – 3.182.000 celá ČR, 1.392.000 Praha;
- velkoplošná reklama – 10 měsíců, krajská města;
- ČT prime time – celkem 280 vysílacích časů, TV magazíny;
- kinoreklama – 12 týdnů, 694.098 diváků (12 měst).

Tato kampaň byla oceněna:

- Žihadlo 2010, 2011;
- Být vidět! 2011;
- MFF Cannes 2011;
- Golden Stiletto, UK.

Veškeré tyto aktivity neunikly ani evropským autoritám a byly zapojeny do Evrop-
ského roku seniorů 2012. Postupně byly začleněny do národní a EU kampaně. Diakonie
je členem Age Platform Europe (Eurodiaconia). Diakonie je členem pracovní skupiny
při MPSV.



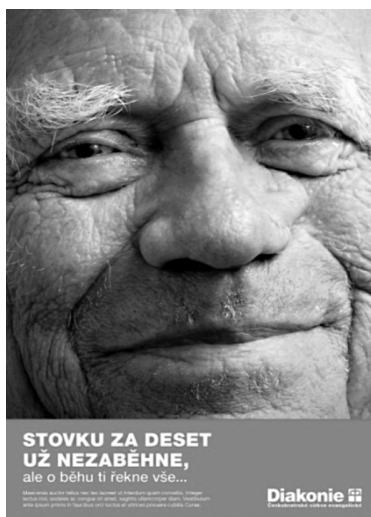


Veškeré výše uvedené aktivity neustrnuly a proto DČCE pro rok 2012 připravuje nové články v tisku i rozhovory v médiích. Česká televize opět uvede hraný spot ve svém vysílání, který se také objeví jako kinoreklama v síti CineStar po celé ČR. DČCE také připravuje druhou vlnu plakátové kampaně. Ve spolupráci s internetovým obchodem Kasa.cz to budou speciální trička.

Dále připravujeme speciální instalace pro veřejný prostor pod vyzývavými názvy jako „Musí se nejprve ztratit, abychom si jich všimli?“ či „Musí být okradeni, abychom si jich všimli?“:



Připravujeme také druhou vlnu plakátové kampaně:





BAREVNÉ DNY S DOBROVOLNÍKY V CENTRU NÁSLEDNÉ PÉČE VE FN V MOTOLE

Bc. Jana Hurdová, koordinátorka canisterapie a zooterapie
Mgr. Renata Vejdělková, manažerka DC

(Dobrovolnické centrum FNM, Praha)

e-mail: jana.hurdova@fnmotol.cz,
renata.vejdelkova@fnmotol.cz



Působení dobrovolníků u seniorů

V posledních letech lze pozorovat změnu ve věkovém složení obyvatel. Ve společnosti narůstá počet lidí v seniorském věku, přičemž průměrná doba dožití je u žen 78 a u mužů 71 let. Ne všichni však mají to štěstí, aby si tuto životní etapu prožili v psychické a fyzické pohodě.

Stáří sebou přináší změny zdravotního stavu, zhoršení psychomotorických i kognitivních funkcí, což může vést jedince k určité sociální izolaci. Pokud rodina nemůže nebo nechce pečovat o svého dědečka či babičku, bývají tito jedinci umisťováni do domovů pro seniory nebo do LDN. Jak všichni víme, personál v těchto zařízeních je v nedostatečném počtu, sestřičky si nemohou dovolit zastavit se a s klienty si povídat takovou dobu, jakou by si senioři představovali a potřebovali.

Proto nás těší, že pod vedením Dobrovolnického centra, již více než 12 let dochází za pacienty Centra následné péče dobrovolníci, kteří jim věnují svůj čas, zájem a lidský kontakt. Dobrovolnický program v motolské léčebně funguje již řadu let, a jak říkají sami klienti, neumí si tam svůj pobyt bez akcí a programů již představit.





Nabídka programů je velmi pestrá, pacienti si mohou vybrat z pravidelných kroužků a činností, které jsou dobrovolníky pro ně připraveny. Přehled pravidelných aktivit:

- v pondělí si mohou senioři zazpívat v hudebním kroužku;
- úterý je vyhrazeno výtvarné dílně;
- ve středu si mohou zacvičit na kroužku Tance vsedě, které vede pan psycholog Vaško;
- ve čtvrtek a v pátek probíhá oblíbené trénování paměti.

Kromě výše zmíněných aktivit docházejí dobrovolníci za seniory také individuálně. Během těchto návštěv působí dobrovolník jako společník seniora, povídají si, hrají karty, luští křížovky ... záleží vždy na vzájemné domluvě, co spolu dělají. Dobrovolnické centrum se snaží zpestřit pobyt seniorům pořádáním dalších kulturních akcí. V centru se představila již celá řada umělců, ať již známých zpěváků a herců, ale také „neprofesionálů“ z řad studentů všech typů škol, kteří si pro seniory připravili hudební či divadelní vystoupení. Nesmíme zapomenout na dobrovolníky canisterapeuty, kteří dochází za seniory se svými pejsky.

Canisterapie v Centru následné péče

Do CNP docházejí dobrovolníci se svými „čtyřnohými kamarády“ na pravidelné návštěvy nebo se zúčastňují tzv. Psích dnů. Při pravidelných návštěvách (1x týdně) dobrovolníci obcházejí pokoje pacientů, pes přistupuje k lůžku pacienta, který si ho může pohladit, odměnit ho pamlskem, podívat se jaké „triky“ umí a v neposlední řadě se pobavit s dobrovolníkem. V rámci úkolů, které pacient se psem provádí (např. podávání pamlsků, hlazení, házení balonkem nebo procházka se psem po chodbě či venkovních prostorách), pacient procvičuje své motorické dovednosti. Pes svými bezprostředními reakcemi (zavrtění ocasu apod.) nenechá nikoho „v klidu“, vždy si vynutí pozornost. Při pravidelných návštěvách se pacienti na pejska těší, stává se jejich „kamarádem“, kterému mnohdy schovávají kousek od své svačiny.

Při Psích dnech, které se konají střídavě 1x za 6 týdnů buď na dětských klinikách nebo v CNP, přichází do nemocnice za pacienty více dobrovolníků s různými psy. Pacienti tak mají možnost pozorovat rozdíly mezi plemeny psů, mohou si vyzkoušet povely a pozorovat, co který pes umí. Při těchto akcích dobrovolníci se psy také navštěvují pokoje, aby se pejsci dostali i za pacienty, kteří za nimi sami přijít nemohou. Hlavním cílem canisterapie v CNP je odpoutání pacientů od stereotypu nemocnice, myšlenek na nemoc a rozveselení. Canisterapie působí i v dalších oblastech – ať už jde např. o zvýšení kvality života, zlepšení adaptace, zvýšení sebevědomí či zmírnění stresu, dále zbavení pocitu osamělosti, zlepšení motoriky, motivaci k pohybu a v neposlední řadě také o komunikace mezi pacienty a personálem.





Podmínky vstupu dobrovolníka se psem do FN v Motole jsou stanoveny ve Směrnici pro canisterapii. Pes musí být v dobrém zdravotním stavu, pravidelné očkování a odčervení je samozřejmostí. Do nemocnice vždy vstupují označení. Dobrovolník žlutým tričkem a visačkou, psi šátkem a vodítkem s nápisem Dobropes (feny s červeným a psi s modrým označením). K návštěvě dobrovolníka se psem je nutný pacientův souhlas a svolení jeho ošetřujícího lékaře.

Zooterapie s drobnými zvířátky

V rámci hromadných psích akcí za pacienty dochází též dobrovolníci se zvířátky, jako jsou strašilky, rak, šneci a mravenci. Pacienti mají možnost zvířátka pozorovat, dozvědět se zajímavé informace z jejich života, ti odvážní si mohou vzít strašilku do ruky. Zvířátka chováme v kanceláři DC. Pro dobrovolníka je tento program náročnější na přípravu, musí si prostudovat informace ze života těchto zvířátek, jelikož pacienti mají spoustu dotazů.

Dobrovolníci, kteří pomáhají v motolském centru, jsou zástupci všech věkových kategorií, od studentů po seniory. Ale přece jen převažují studenti či lidé středního věku. Tím, že navštěvují seniory v CNP, dochází k nenásilnému mezigeneračnímu spojení a vzájemnému obohacení.



SENIORKY DOBROVOLNICE V DOBROČINNÝCH OBCHODECH

Bc. Petra Milsimerová, koordinátorka dobrovolníků

(Domov Sue Ryder, o.p.s., Praha)

e-mail: petra.milsimerova@sue-ryder.cz



Když jsem před pár lety jela poprvé (a poté ještě několikrát) do Británie jako dobrovolník, čekala jsem, že se tam setkám s dalšími mladými lidmi. Podobnými těm, jaké jsem znala mezi dobrovolníky v České republice. Jaké ale bylo mé překvapení, když v organizaci, kde jsem pomáhala, byli dobrovolníky, až na výjimky, senioři. Senioři s chutí být platní druhým, s úsměvem na tváři a s radostí ze života. Tehdy jsem si pomyslela: Kéž by tak i senioři v Čechách... Toto mé „Kéž by“ se stalo skutečností. A vlastně již mnohem dříve, než jsem k němu došla já. Již od roku 1994 dochází toto přání naplnění. Jen jsem nevěděla, kde je to místo, kde mohu seniory-dobrovolníky potkat. Loni jsem jej svým příchodem na pozici koordinátorky dobrovolníků do Domova Sue Ryder objevila. Díky za to!

Domov Sue Ryder pečuje o seniory, kteří potřebují v důsledku nemoci či vysokého věku pomoc druhé osoby při každodenních činnostech. Usilujeme o to, aby naši klienti a jejich blízcí s naší podporou prožívali důstojné stáří, zůstávali součástí přirozeného společenství a objevovali drobné radosti života. Domov Sue Ryder, o.p.s. je nestátní neziskovou organizací poskytující sociálně ošetrovatelské služby a poradenství seniorům a usiluje o to být vzorem kvalitní péče o potřebné. Domov se snaží jít příkladem a fungovat na české poměry jinak a lépe, než je doposud u nás obvyklé. Nabízí řadu aktivit, do nichž jsou klienti začleňováni. V současnosti poskytuje tři sociální služby – Domov pro seniory, Denní stacionář a Osobní asistence.

Vzhledem k tomu, že je Domov Sue Ryder, o.p.s. nestátní neziskovou organizací, zajišťuje finanční prostředky na svůj provoz z několika zdrojů – jedná se o tržby za





sociální a zdravotní služby, které jsou stanoveny ceníkem služeb (součástí ceny je ubytování, strava, příspěvek na péči, cena fakultativních služeb a příjmy od zdravotních pojišťoven); dále příjmy z obchodních a fundraisingových aktivit – tržby dobročinných obchodů rozmístěných po Praze a restaurace v areálu Domova Sue Ryder, vstupné z kulturních akcí, příjmy z pronájmů, dary jednotlivců a firem, výtěžek benefičních akcí; v neposlední řadě pak dotace a granty.

Domov Sue Ryder odlišuje od jiných poskytovatelů sociálních služeb rozsáhlá tradice dobrovolnické činnosti. Již 18. rokem lidé přicházejí do Domova s myšlenkou a chutí pomáhat druhým a zapojují se do realizace různorodých aktivit Domova. Dobrovolnická pomoc byla od počátku spontánní, přirozenou reakcí občanů na potřeby Domova a právě díky široké základně dlouhodobých dobrovolníků má dnes Domov Sue Ryder velmi dobré jméno mezi ostatními poskytovateli sociálních služeb a jinými neziskovými organizacemi pracujícími s dobrovolníky.

Někteří dobrovolníci, konkrétně dobrovolnice, jsou s Domovem již od úplného počátku. Jsou to např. sestry paní Maruška a paní Boženka, které obdržely za rok 2011 cenu pro dobrovolníky Křesadlo. Pomáhají pravidelně v dobročinném obchodě v Michli, přímo v areálu Domova Sue Ryder. Svou dobrovolnickou činností přispívají k jedné z obchodních činností Domova Sue Ryder, k provozu jednoho z dobročinných obchodů, jehož výtěžek je použit k financování péče o klienty Domova – o seniory. Obě dámy, samy již ve věku kolem osmdesátky, přispívají svou pomocí takto zprostředkovaně k péči o mnohdy mladší seniory, než jsou ony samy. Samy říkají, že přímé docházení ke klientům, kteří trpí často Alzheimerovou nemocí či jsou imobilní, není nic pro ně. Že by to pro ně bylo moc psychicky náročné. Takto pomáhají, jak dokážou, a přesto jsou co platné i seniorům jako klientům Domova.

Dobročinné obchody Domova Sue Ryder v Michli, Ke Karlovu, ve Štěpánské a Koulově ulici, na Prokopově náměstí a nově také v Heřmanově ulici, jsou místa, kde v současné době působí největší skupina dobrovolníků, převážně dobrovolnic seniorek. A každá pomocná ruka je zde opravdu cenná. Dobrovolníci v obchodech pomáhají s žehlením, s aranžováním zboží, s úklidem a drobnou úpravou oděvů. Zapojují se také do organizace tradičních bazarů, kde mají na starosti komunikaci se zákazníky, prodej a doplňování zboží. Ať už se jedná o bazary oblečení či velký knižní bazar, které se pravidelně konají přímo v areálu v Michli, či módní bazar v Mama Coffee ve Vodičkově ulici v centru Prahy, jsou dobrovolnice neocenitelnou podporou. Jsou vždy připraveny každému pomoci, poradit a především kolem sebe v seniorském věku září tolik potřebnou energií.

Paní Boženka a Maruška stály již u zrodu prvního dobročinného obchodu v roce 1994 tehdy ještě v Ohradní ulici v Michli (areál Domova Sue Ryder se teprve začínal pozvolna opravovat). Díky tomu, že mají rodinu v Británii, dozvěděly se, že v Praze se také bude otevírat první dobročinný obchod a zaujalo je to. Během let přivedly do Domova řadu svých přítelkyň a známých, mnozí se také zapojili jako dobrovolníci.





Snad je to tím, že Domov Sue Ryder poskytuje péči seniorům, a tak také osloví dobrovolníky seniory více než jiné možnosti dobrovolnictví. Možná je to ale právě tím, že zde dobrovolníci senioři byli od počátku, a tak zaseli semínko tradice, která pokračuje.

Léta praxe a to, že s námi někteří dobrovolníci zůstávají již tak dlouho, ukazuje, co je v péči o seniory dobrovolníky důležité. Je to vyjádření toho, že jsou potřební. Mnohdy stačí poděkovat, usmát se, pravidelně se zeptat, jak se jim daří. Udělá to radost, potěší a nic to vlastně téměř nestojí. Naopak může člověk mnohé získat, protože se často dozví neuvěřitelné příběhy z jejich životů.

Cestou, jak rozšiřovat základnu dobrovolníků seniorů, je z našich zkušeností to, že jim dobrovolnická činnost umožní zažít pocit užitečnosti a pocit naplnění, ať už duševního či naplnění volného času. Neméně důležitá je pak možnost setkávání s dalšími dobrovolníky a drobná poděkování, např. formou koncertu či zajímavého výletu. Když totiž dobrovolníkům – seniorům bude v organizaci dobře, přivedou k vám své přátele a známé. A možná se tak zcela přirozenou cestou podaří rozšířit vaši dobrovolnickou základnu. Přeji hodně štěstí všem, organizacím i jejich dobrovolníkům – seniorům!





DOBROVOĽNÍCTVO SENIOROV NA SLOVENSKU

PhDr. Alžbeta Brozmanová Gregorová, PhD.,
vysokoškolská učiteľka a koordinátorka Centra dobrovoľníctva
(Katedra sociálnej práce PF UMB a Centrum dobrovoľníctva,
Banská Bystrica)

e-mail: alzbeta.gregorova@umb.sk

(neprezentovaný, ale zaslaný príspevek)

1. Dobrovoľníctvo seniorov ako súčasť aktívneho starnutia

Dobrovoľníctvo je sociálny fenomén, ktorého podoba sa mení v závislosti na ekonomických, politických, kultúrnych a spoločenských podmienkach. V kontexte demografických trendov súčasnej spoločnosti si kladieme otázku, ako môže byť podoba tohto fenoménu ovplyvnená starnutím spoločnosti a aký potenciál pre dobrovoľnícku participáciu predstavuje populácia súčasných i budúcich seniorov.

Podpora dobrovoľníctva seniorov je, ako konštatuje M. Petrová Kafková (2012, s. 213), dôležitou súčasťou konceptu aktívneho starnutia, ktorý je v súčasnosti najvýznamnejšou nielen politickou odozvou na populačné starnutie.

Ako uvádza T. Matulayová (2007), v priebehu posledných troch dekád minulého storočia sa diametrálne zmenil pohľad odborníkov a postupne i spoločnosti na starobu a seniorov. V súčasnosti sa presadzuje koncept produktívneho starnutia a staroby. Veková skupina 60+ prežíva tzv. tretí vek, ktorý je charakteristický aktivitou a autonómiou. Títo seniori často ešte pracujú, prípadne sa venujú iným činnostiam a aktivitám. Ich zdravotný stav je relatívne dobrý, sú sebestační. Najlepšou cestou ako dosiahnuť čo možno najvyššiu mieru nezávislosti a autonómie v starobe je docieľiť, aby seniori zostali telesne, duševne a spoločensky aktívni a usilovali sa o zmysluplný život. To predpokladá prevzatie osobnej zodpovednosti za vlastný osud. Jednu z možností aktívneho prežívania staroby seniorov predstavuje práve dobrovoľníctvo.

V tomto kontexte sa aktuálnou stáva otázka, ako vťahovať túto cieľovú skupinu do dobrovoľníctva a ako stavať dobrovoľnícke programy, v ktorých sa seniori môžu uplatniť ako aktívni dobrovoľníci a uplatňovať svoje nadobudnuté vedomosti a skúsenosti s rešpektovaním špecifik dobrovoľníctva vyplývajúcich zo zmien sprevádzajúcich starobu a starnutie. Odpovede na tieto otázky nachádzame aj vo výskumoch, ktoré sa dobrovoľníctvu venujú.





Cieľom nášho príspevku je poskytnúť základný obraz o dobrovoľníctve seniorov na Slovensku a na základe jeho analýzy navrhnúť niektoré odporúčania pre podporu dobrovoľníctva ako konceptu aktívneho starnutia v budúcnosti.

Základným východiskom prezentovaných údajov o dobrovoľníctve seniorov na Slovensku sú empirické zistenia výskumu „Dobrovoľníctvo na Slovensku – výskumné reflexie“, ktorý sa realizoval v roku 2011 ako súčasť národnej kampane k Európskemu roku dobrovoľníctva 2011 s podporu Európskej únie z prvej časti výskumu. Zdrojom dát je reprezentatívny výskum, ktorý sa uskutočnil na vzorke 973 občanov starších ako 15 rokov. Zber empirických dát zabezpečila externá firma metódou osobných štandardizovaných rozhovorov v máji a júni 2011. Údaje boli ďalej spracované pomocou štatistického programu SPSS verzia 18. V príspevku prezentujem rozdiely, ktoré boli významné štatisticky, nielen numericky.

Vo výskume „Dobrovoľníctvo na Slovensku – výskumné reflexie“ boli predmetom výskumu formálne aj neformálne dobrovoľnícke aktivity občanov za posledných 12 mesiacov. Z dôvodu komparácie so zahraničnými údajmi budeme rozsah dobrovoľníckej participácie seniorov uvádzať zvlášť za oba uvedené typy dobrovoľníctva. Vychádzame pritom z definície, ktorá formálne dobrovoľníctvo vzťahuje na dobrovoľnícke aktivity vykonávané v rámci alebo prostredníctvom organizácií pôsobiacich v neziskovom, verejnom i podnikateľskom sektore. Neformálne dobrovoľníctvo vnímame ako priamu pomoc poskytovanú jednotlivcom mimo rodiny a ľudí žijúcich v domácnosti dobrovoľníka/dobrovoľníčky. Za dobrovoľníctvo seniorov považujeme dobrovoľnícke aktivity vykonávané osobami staršími ako 60 rokov.

2. Dobrovoľníctvo seniorov na Slovensku - základné výskumné zistenia

Základná otázka, na ktorú odpovedajú výskumy dobrovoľníctva v jednotlivých krajinách, je: Koľko ľudí sa zapája do dobrovoľníckych aktivít? V našom prípade otázka znie: Koľko seniorov sa na Slovensku zapája do dobrovoľníctva?

Podľa výsledkov výskumu v roku 2011 sa do vykonávania dobrovoľníckych aktivít v prospech alebo prostredníctvom nejakej organizácie, t.j. do formálneho dobrovoľníctva v posledných 12 mesiacoch zapojilo 27,5 % respondentov a respondentiek z celej populácie a 28,5% z populácie ľudí nad 60 rokov (Pozri Tabuľku 1). Analýza výsledkov výskumu na základe vekových skupín poukazuje na skutočnosť, že vek nie je pre slovenských formálnych dobrovoľníkov diferencujúcou charakteristikou a slovenskí seniori vykazujú priemernú mieru participácie vo formálnom dobrovoľníctve.





Tabuľka 1: Porovnanie rozsahu dobrovoľníctva celej populácie a seniorov (v %)

Zapojenie v posledných 12 mesiacoch	Formálne dobrovoľníctvo		Neformálne dobrovoľníctvo	
	Celá populácia (nad 15 rokov)	Seniori (nad 60 rokov)	Celá populácia (nad 15 rokov)	Seniori (nad 60 rokov)
Áno	27,5	28,5	47,1	51,9
Nie	72,5	71,5	52,9	48,1
Spolu	100	100	100	100

Odlíšna je však situácia v prípade neformálneho dobrovoľníctva. Do neformálneho dobrovoľníctva, t.j. do priamej pomoci mimo rodiny a domácnosti dobrovoľníka/dobrovoľníčky sa v posledných 12 mesiacoch zapojilo 47,1% respondentov a respondentiek a z populácie seniorov je to 51,9%.

Ako uvádza Brozmanová Gregorová, A. a kol. (2012, s. 50), v zapojení sa do neformálneho dobrovoľníctva v posledných 12 mesiacoch z hľadiska veku, boli vo výskume zaznamenané štatisticky významné rozdiely ($p = 0,001$). Aj keď tieto rozdiely neboli spôsobené významne vyššou angažovanosťou vekových skupín nad 60 rokov, možno konštatovať, že od 30 rokov vyššie angažovanosť s vekom stúpa, pričom najväčšia je u vekovej skupiny 70 a viacročných. Z tejto vekovej skupiny sa do neformálnej pomoci v posledných 12 mesiacoch zapojilo viac ako 59% respondentov a respondentiek.

V oboch typoch dobrovoľníctva sa seniori venovali rôznorodým aktivitám súvisiacim s napĺňaním poslania organizácie, poskytovaním priamej osobnej pomoci jednotlivcom a skupinám, ochranou, starostlivosťou a obhajobou záujmov skupín ľudí, životného prostredia, zvierat a kultúrneho dedičstva, susedskej pomoci atď.

V oblasti formálneho dobrovoľníctva sú najväčšou oblasťou pôsobenia seniorov sociálne služby (28,9% seniorov dobrovoľníkov participovalo v tejto oblasti), ale seniori sa zapájajú aj do dobrovoľníckych aktivít v oblasti životného prostredia (13,3%), náboženských a cirkevných aktivít (13,3%), komunitného rozvoja (11,1%), umenia a kultúry, výskumu a podpory charity, filantropie a dobrovoľníctva (8,9%).

Ako dokumentuje Tabuľka 2 väčšina slovenských seniorov sa v dobrovoľníctve angažuje dlhodobo. Viac ako 95% formálnych dobrovoľníkov seniorov a viac ako 79% neformálnych dobrovoľníkov vykonávalo aktivity dlhšie ako jeden rok. Najväčšiu skupinu dobrovoľníkov pritom tvoria tí, ktorí sa v dobrovoľníctve angažujú viac ako 5 rokov (57,8% formálnych dobrovoľníkov a 35,4% neformálnych dobrovoľníkov). Môžeme konštatovať, že pre mnohých seniorov, ktorí sú zapojení do dobrovoľníckych aktivít, bolo a je dobrovoľníctvo súčasťou ich životného štýlu.





Tabuľka 2: Dĺžka vykonávania dobrovoľníckych aktivít seniorov (v %)

Dĺžka vykonávania dobrovoľníckych aktivít seniorov	Formálne dobrovoľníctvo	Neformálne dobrovoľníctvo
Krátkodobé (menej ako 1 rok)	4,4	20,7
Dlhodobé (viac ako 1 rok)	95,6	79,3
Spolu	100,0	100,0

Z hľadiska frekvencie vykonávania dobrovoľníctva sa väčšina seniorov (64,6%) venuje dobrovoľníctvu pravidelne, t.j. pomáha častejšie ako raz za mesiac.

Tabuľka 3: Frekvencia vykonávania dobrovoľníckych aktivít seniorov (v %)

Frekvencia vykonávania dobrovoľníckych aktivít seniorov	Formálne dobrovoľníctvo	Neformálne dobrovoľníctvo
Nepravidelné (menej ako raz za mesiac)	35,6	35,6
Pravidelné (viac ako raz za mesiac)	64,4	64,6
Spolu	100,0	100,0

Priemerný čas, ktorý seniori venovali dobrovoľníckym aktivitám v posledných 4 týždňoch, je v prípade formálneho dobrovoľníctva 13 hodín, v prípade neformálnych aktivít 14 hodín. Modus je u oboch typov dobrovoľníctva rovnaký – 10 hodín a je rovnaký ako u celej populácie nad 15 rokov.

Tak ako pre celú populáciu Slovenska nad 15 rokov, tak aj pre populáciu seniorov je typická vyššia participácia v neformálnych ako vo formálnych dobrovoľníckych aktivitách. Medzi formálnym a neformálnym dobrovoľníctvom zároveň nachádzame úzke spojenie ($p = 0,000$). Vysoký počet seniorov aktívnych v oblasti formálneho dobrovoľníctva sa zapája aj do neformálnych dobrovoľníckych aktivít a naopak. Viac ako 57% ľudí nad 60 rokov je aktívnych vo formálnom alebo v neformálnom dobrovoľníctve.

3. Sociálny profil slovenských dobrovoľníkov - seniorov

Sociálny profil dobrovoľníkov seniorov odpovedá na otázku, či môžeme medzi seniormi nájsť skupiny, pre ktoré je charakteristické vyššie či na druhej strane nižšie zapojenie. Na základe analýzy výsledkov výskumu môžeme konštatovať, že participácia seniorov v dobrovoľníctve nesúvisí s:

- rodom;
- miestom pobytu;
- vierovyznaním;
- ekonomickou pozíciou.





Muži a ženy, seniory, ktorí žijú v mestách a na vidieku, veriaci seniory a neveriaci seniory a seniory na dôchodku aj tí ekonomicky stále aktívni, sa zapájajú do dobrovoľníckych aktivít v rovnakej miere.

Na druhej strane participácia v dobrovoľníctve závisí od:

- vzdelania v prípade formálneho dobrovoľníctva, to znamená, že seniory s vyšším vzdelaním sú vo formálnom dobrovoľníctve aktívnejší ako seniory s nižším vzdelaním;
- rodinného stavu v prípade neformálneho dobrovoľníctva, pričom významne viac zapojenou je skupina vdov a vdovcov a na druhej strane najmenej zapojenou je skupina ženatých/vydatých seniorov a senioriek;
- výšky príjmu v prípade neformálneho dobrovoľníctva, pričom najviac aktívni sú seniory s príjmom od 600 do 900 Euro;
- s členstvom v organizáciách v prípade formálneho dobrovoľníctva a v prospech členov organizácií.

Sociálny profil slovenských dobrovoľníkov – seniorov je podobný ako profil celej populácie nad 15 rokov, ktorý v priebehu posledných rokov vykazuje pomerne stabilné charakteristiky.

4. Prínosy formálneho dobrovoľníctva pre seniory

Zistenia výskumu poukazujú na široké spektrum prínosov dobrovoľníckych aktivít pre dobrovoľníkov seniorov. Formálni dobrovoľníci mali pre identifikáciu prínosov ich dobrovoľníckej činnosti vyjadriť mieru ich súhlasu, respektíve nesúhlasu s niekoľkými tvrdeniami. V Tabuľke 4 uvádzame prehľad prínosov, ktoré pocítovali dobrovoľníci seniory. Sčítali sme možnosti absolútne súhlasím a súhlasím, ktoré sme vnímali ako vyjadrenie súhlasu.

Tabuľka 4: Prínosy formálneho dobrovoľníctva seniorov (v %)

Výrok	%
Páči sa mi to, čo robím	97,8
Uspokojuje ma, keď vidím výsledky svojej neplatenj práce	88,9
Rozširuje to moje životné skúsenosti	86,7
Poskytuje mi to príležitosť robiť veci, v ktorých som dobrý/dobrá	84,5
Umožňuje mi to osobný rozvoj	80,0
Napĺňa ma, že som pomohol/pomohla zlepšiť služby na miestnej úrovni	77,8
Počas vykonávania neplatených aktivít som si našiel/našla nových priateľov, známych	77,7





Teším ma, že som prispel/prispela k vyriešeniu problému/situácie	75,5
Poskytuje mi to príležitosť na odreagovanie sa	75,5
Dáva mi to pocit, že nie som sebecký/sebecká	71,1
Dáva mi to pocit potrebnosti	66,7
Dáva mi to možnosť získať nové schopnosti a zručnosti	66,7
Dáva mi to pocit sebadôvery	62,3
Dáva mi to pocit osobného úspechu	62,3
Vďaka danej činnosti som sa cítil/cítila ako súčasť komunity	57,8
Bola to možnosť, ako sa odplatiť komunitě, v ktorej žijem	51,1
Poskytuje mi to isté postavenie v rámci komunity, v ktorej žijem	51,1
Pomáha mi to odbúravať stres	48,9
Zlepšuje to moju fyzickú kondíciu	48,9
Umožňuje mi to získať istý stupeň kvalifikácie	28,8
Umožňuje mi to vylepšiť si vyhliadky v rámci zamestnania	13,3

Seniori najčastejšie súhlasili s tvrdením, že sa dobrovoľníckej činnosti zúčastňujú preto, že sa im páči, čo robia – s týmto výrokom súhlasilo spolu až 97,8% dobrovoľníkov. Ďalšími dôležitými prínosmi dobrovoľníctva sú uspokojenie z výsledkov práce, rozšírenie životných skúseností, sebarealizácia, osobný rozvoj, získavanie nových schopností a zručností, vytváranie nových priateľstiev, získanie pocitu potrebnosti, ale aj osobného úspechu, sebadôvery a nesebeckosti. Seniori pociťujú prínosy pomoci aj pri zlepšení služieb či vyriešení problémov. Pre mnohých je dobrovoľníctvo prostriedkom na odreagovanie sa. Na druhej strane pre seniorov nie sú dôležité prínosy súvisiace s profesijným životom, čo je z hľadiska ukončenia ich profesijnej dráhy logické a pri posledných dvoch prínosoch v tabuľke boli zaznamenané vo vzťahu k veku v celej populácii nad 15 rokov aj významné odlišnosti.

Z hľadiska veku v celej populácii nad 15 rokov boli odlišnosti pri hodnotení prínosov zaznamenané okrem vyššie uvedených len prípade výroku: „Poskytuje mi to isté postavenie v rámci komunity, v ktorej žijem“. Prínosy dobrovoľníctva v oblasti získania postavenia v rámci komunity najvýraznejšie pociťuje skupina seniorov vo veku 70 a viac rokov a skupina vo veku 50 – 59 rokov. Toto zistenie potvrdilo domnienku, že dobrovoľníctvo umožňuje starším ľuďom zostať aktívnymi v rámci komunity a zabezpečuje im pocit, že sú ešte stále potrební, čo je pre túto skupinu ľudí veľmi dôležité.





5. Bariéry formálneho dobrovoľníctva seniorov

Obraz o dobrovoľníctve seniorov dokresľujú bariéry, ktoré identifikovali respondenti a respondentky ako prekážky v zapojení sa do formálneho dobrovoľníctva.

Tabuľka 5: Bariéry formálneho dobrovoľníctva seniorov (v %)

Bariéry dobrovoľníctva	%
Nepožiadanie o pomoc	37,7
Neinformovanosť o možnosti zapojiť sa do dobrovoľníctva	33,5
Nedostatok času	31,6
Zdravotné problémy/ťažkosti	24,1
Neschopnosť prijať dlhodobý záväzok	19,6
Nezáujem	18,4
Náročná situácia v rodine	17,7
Pocit nepotrebnosti pomoci	15,2
Náročná situácia v práci	13,3
Nespokojnosť s predchádzajúcou dobrovoľníckou skúsenosťou	11,4
Preferencia darcovstva peňazí	10,1
Problémy s dochádzaním	10,1
Finančné náklady spojené s vykonávaním dobrovoľníctva	9,5

Najväčšími bariérami zapojenia sa seniorov do formálneho dobrovoľníctva v posledných 12tich mesiacoch sú nepožiadanie o pomoc a neinformovanosť respondentov a respondentiek o možnosti zapojiť sa do dobrovoľníctva. Skutočnosť, že seniori sa nezapojili do dobrovoľníctva, pretože neboli požiadaní o pomoc, súvisí so zisteniami týkajúcimi sa zdrojov získavania informácií o dobrovoľníctve, v rámci ktorých sa u ľudí nad 60 rokov vyskytovali len priame zdroje vyjadrujúce to, že ľudí o zapojenie sa niekto požiadal. Vysoké percento respondentov a respondentiek, ktorí/ktoré uviedli ako bariéru neinformovanosť svedčí o stále nízkej osвете a propagácii dobrovoľníctva medzi seniormi. Na treťom mieste sa medzi bariérami umiestnil nedostatok času. Všetky tri uvedené bariéry označila viac ako tretina všetkých respondentov a respondentiek nad 15 rokov i skupina seniorov.

Ako najmenej významné bariéry boli seniormi označené finančné náklady spojené s vykonávaním dobrovoľníctva, problémy s dochádzaním, preferencia darcovstva peňazí a nespokojnosť s predchádzajúcou dobrovoľníckou skúsenosťou.





Z hľadiska veku boli významné odlišnosti zaznamenané pri niekoľkých bariérach. Nepožiadanie o pomoc bolo významnou bariérou pre najmladšiu a najstaršiu vekovú skupinu. Pri oboch skupinách to podľa nášho názoru svedčí o nedostatočnej ponuke pre tieto cieľové skupiny a pre organizácie angažujúce dobrovoľníkov a dobrovoľníčky to vnímame ako výzvu. Pri skupine seniorov to však môže byť aj dôsledkom stereotypného vnímania tejto skupiny ako pasívnych prijímateľov pomoci, nie je vykonávateľov. Veková skupina 70 a viacročných sa ukázala ako skupina, pre ktorú nie je významnou bariérou nedostatok času, môže teda predstavovať významný potenciál do budúcnosti. Na druhej strane pre vyššie vekové skupiny sú významnou prekážkou dobrovoľníctva zdravotné problémy. Pri ich zapájaní do dobrovoľníctva bude teda potrebné tieto limity rešpektovať.

6. Závěry z výskumných zistení pre podporu dobrovoľníctva seniorov

Špecifiká dobrovoľníctva seniorov vyplývajú najmä zo zmien, ktoré starnutie a staroba prináša. Tieto špecifiká sa následne odrážajú aj v samotnom manažmente dobrovoľníckych programov, v ktorých sú seniori dobrovoľníkmi.

Ako uvádza Odlerová (2011, s. 70), pri práci so seniormi – dobrovoľníkmi je dôležitý individuálny a citlivý prístup, empatia a trezivosť. Potrebujú motiváciu (pochvala, uznanie, poďakovanie, ubezpečenie o potrebnosti a zmysle celého počínania) a čas. Dôležitý je aj výber dobrovoľníckej činnosti pre seniora. Každý má predpoklad pre inú prácu.

Podľa Mydlíkovej (2002, s. 12), spolupráca so seniormi – dobrovoľníkmi prináša aj určité problémy, ktoré vyplývajú zo špecifik staršieho veku, napríklad: zdravotné problémy, tvrdohlavosť, presvedčenie „všetko viem a všetko poznám“, slabšiu výkonnosť, zúženie záujmov, únavu, zatrpknutosť, životnú rezignáciu. Možno ich vnímať ako možné problémy, ktoré by mal koordinátor dobrovoľníkov identifikovať a spolupracovať so seniorom na ich eliminácii, či aspoň zmiernení.

Z našich výskumných zistení vyplývajú nasledovné odporúčania v oblasti podpory dobrovoľníctva seniorov:

- Nakoľko pre seniorov je typickejšie skôr angažovanie sa v neformálnych ako vo formálnych dobrovoľníckych aktivitách, pričom participácia v neformálnom dobrovoľníctve sa s vekom zvyšuje, je potrebné zvažovať mieru profesionalizácie dobrovoľníctva a podobu jeho manažovania. Ako uvádza aj K. Repková (2012, s. 470) rozdiel v názoroch na profesionalizáciu dobrovoľníctva v oblasti dlhodobej starostlivosti sa snáď najintenzívnejšie prejavuje voči starším ľuďom, ktorí sa





dobrovoľnícky angažujú. Vychádza sa z prirodzených ľudských zdrojov dobrovoľníctva vo vyššom veku, akými sú altruizmus, široké sociálne siete a neformalizovaná prepojenosť na komunitu. Zistenia o tom, že staršie osoby sa dobrovoľnícky angažujú primárne na neformálnej báze vo forme bežnej sociálnej výmeny v rámci komunitného života, bez potreby dôsledného manažmentu a osobitného pomenovania takéhoto angažovania ako „dobrovoľníctvo“, nefavorizujú formalizáciu dobrovoľníckych vzťahov“.

- Štýl dobrovoľníckej participácie seniorov je charakteristický dlhodobosťou, pravidelnosťou a spojením s členstvom. Koordinátori dobrovoľníckych programov pre seniorov môžu teda počítať u seniorov s pomerne stabilným dobrovoľníckym potenciálnom schopným venovať aktivitám dostatok času. Zároveň je však pre nich dôležitá nielen aktivita, ale aj väzba na organizáciu a prostredie, v ktorom sa dobrovoľnícka aktivita odohráva.
- Nakoľko väčšina seniorov sa v dobrovoľníckych aktivitách angažuje dlhodobo, možno predpokladať, že v dobrovoľníctve boli aktívni už pred dosiahnutím seniorského veku. Dobrovoľníctvo tak môže byť tiež významnou cestou stabilizácie a adaptácie v období odchodu do dôchodku.
- Nakoľko formálne dobrovoľníctvo je aj v prípade seniorov záležitosťou ľudí s vyšším vzdelaním, je potrebné hľadať cesty ako zapojiť aj skupiny s nižším vzdelaním do participácie a cielene ich s ponukou osloviť. V kontexte demografických trendov totiž výchova k dobrovoľníctvu nemusí byť len záležitosťou mladej generácie.
- Ukazuje sa, že z hľadiska rodinného stavu nachádzajú v dobrovoľníctve uplatnenie vdovy a vdovci, čo môže byť jednou z ciest ako nájsť po strate životného partnera pocit zmysluplnosti života či naplnenie.
- Prínosy dobrovoľníctva pre dobrovoľníkov seniorov poukazujú na to, že dobrovoľníctvo môže byť cestou ako aktívne prežiť obdobie staroby a naďalej rozvíjať svoj potenciál. Ako uvádza aj Matulayová (2003) dobrovoľníctvo seniorov môžeme chápať ako službu pre pomáhajúcich dobrovoľníkov – seniorov. Pre nich je cestou ako aktívne tráviť toto životné obdobie, odovzdávať ale aj získavať vedomosti a skúsenosti či prekonávať napr. osamelosť a izoláciu získavaním nových kontaktov.
- Bariéry formálneho dobrovoľníctva seniorov svedčia o stále nízkej osвете a propagácii dobrovoľníctva, ale môžu byť aj odrazom stereotypného vnímania seniorov ako skupiny, ktorá je skôr prijímateľom dobrovoľníckej pomoci a nie jej vykonávateľom. Aj v tejto oblasti môže byť dobrým nástrojom prezentácia pozitívnych príkladov dobrovoľníctva seniorov.





Literatúra:

- BROZMANOVÁ GREGOROVÁ, A. et al.. 2012. Dobrovoľníctvo na Slovensku – výskumné reflexie. Bratislava: Iuventa. ISBN 978-80-8072-119-0;
- MATULAYOVÁ, T. 2007. Dobrovoľníctvo v sociálnych službách v kontexte andragogiky. Prešov: Filozofická fakulta Prešovská univerzita v Prešove. ISBN 80 – 8068-4254-1;
- MYDLÍKOVÁ, E. 2002. Dobrovoľníctvo na Slovensku alebo čo si počať s dobrovoľníkom. Bratislava: Asociácia sociálnych poradcov a supervízorov. ISBN 80-9687130-7;
- ODLEROVÁ, A., TOKOVSKÁ, M. 2011. Starostlivosť o seniorov v kontexte sociálnej práce. Banská Bystrica: OZ Rieka života – Centrum pomoci seniorom Banská Bystrica. ISBN 978-80-970737-6-3;
- PETROVÁ KAFKOVÁ, M. 2012. Dobrovoľníctví seniorů jako součást aktivního stárnutí. In: Sociológia, roč. 44, 2012, č. 2, s. 212 – 232;
- REPKOVÁ, K. 2012. Dobrovoľníctvo v sektore dlhodobej starostlivosti a aktívne starnutie. In: Sociológia, roč. 44, 2012, č. 4, s. 451 – 475;





VÝSLEDKY VÝZKUMU SE ZAMĚŘENÍM NA DOBROVOLNÍKY V NEMOCNICÍCH

Mgr. Erika Panenková, psycholog

(Psychiatrické centrum, Praha)

e-mail: erikapanenkova@seznam.cz



1. Vstupní dotazník pro uchazeče o dobrovolnictví

1.1. Cíle

Dlouhodobým tématem v oblasti dobrovolnictví je výběr uchazečů, jehož cílem je eliminovat zbytečně investovanou energii a práci v podobě motivačního rozhovoru, základního výcviku, specializačních seminářů a péče koordinátora. „Vstupní dotazník pro uchazeče o dobrovolnictví“ je zaměřen na motivaci a zkušenosti dobrovolníků přicházejících nově do dobrovolnických programů. Je sestaven pro zdravotnická zařízení, zejména nemocnice, léčebny dlouhodobě nemocných apod. Dotazník by měl umožnit predikovat, jak dlouho uchazeč o dobrovolnictví setrvá v programu.

Na základě výsledků v dotazníku by mělo být možné zavést preventivní opatření tak, abychom snížili riziko předčasného odchodu dobrovolníka, který je z tohoto hlediska „rizikovým“.

1.2. Vývoj dotazníku

Otázky byly formulovány a sestaveny na základě zkušeností s motivačním pohovorem. Položky jsou formulovány jako oznamovací věty a uchazeči volí z odpovědi: „souhlasí“/“nesouhlasí“. Původní počet položek = 64. Dotazník trval cca 5 minut.

Vznik výsledné podoby dotazníku

- Dotazník byl zadán studentům psychologie, abychom zrevidovali srozumitelnost formulovaných položek a délku dotazníku.





- Pilotní ověření dotazníku u 21 respondentů. Na základě matematicko-statistického zpracování dat nám z 64 položek zbylo 19 položek. Velikost vzorku však dostačovala pouze jako pilotní ověření dotazníku.
- Dotazník byl dále administrován pomocí on-line formuláře jedincům, kteří byli před školením dobrovolníků, či čerstvě (do 2 neděl) po školení, z různých nemocnic.
- Dotazník byl zadáván v období od 17. 6. 2009 – 8. 3. 2010, pro potřebu standardizace ho vyplnilo 62 respondentů.

Výzkumu se účastnily konkrétně tyto nemocnice:

- Fakultní nemocnice v Motole
- Fakultní Thomayerova nemocnice s poliklinikou
- Krajská nemocnice Liberec, a.s.
- Oblastní nemocnice Kladno, a.s., nemocnice Středočeského kraje
- Oblastní nemocnice Mladá Boleslav, a.s., nemocnice Středočeského kraje

Tabulka č. 1 – Rozložení respondentů dle zařízení

Oblastní nemocnice Kladno, a.s., nemocnice Středočeského kraje	60%
Oblastní nemocnice Mladá Boleslav, a.s., nemocnice Středočeského kraje	11%
Krajská nemocnice Liberec, a.s.	10%
Fakultní Thomayerova nemocnice s poliklinikou	10%
Fakultní nemocnice v Motole	6%
nevyplnili	3%

Průměrný věk respondentů je 23,84 let. Modus je 15 let, medián je 19. Nejpočetnější skupina je 15 - 17 let (42%), 18 - 22 let (24%), a také 31 - 40 let (16%). Nejnižší věk byl 15 let a nejvyšší 63 let.

Tabulka č. 2 – Věk respondentů

15-17 let	42%
18-22 let	24%
23-30 let	10%
31-40 let	16%
41-50 let	5%
51-60 let	0%
60+	3%





Zastoupení mužů a žen není rovnoměrné, ostatně za každého muže vyskytujícího se v dobrovolnických programech jsme rádi. Zjištěné zastoupení tedy odráží reálné zastoupení mužů v programech.

Tabulka č. 3 – Pohlaví respondentů

ženy	92%
muži	8%

Největší podíl nejvyššího dosaženého vzdělání reprezentují uchazeči s dokončeným základním vzděláním, tato data jsou založena na skutečnosti, že v programu se vyskytuje velká skupina studentů středních škol (viz níže). Nejméně početnou skupinou jsou vyučení jedinci z odborných učilišť. Celkem vyvážení jsou uchazeči z řad absolventů středních škol (dokončeno maturitním vysvědčením) a vysokých škol. Zajímavé je, že ani jeden z respondentů neuvedl dokončení vyšší odborné školy.

Tabulka č. 4 – Nejvyšší dosažené vzdělání

ZŠ	52%
OU	3%
SŠ	24%
VŠ	21%

2. Výsledný dotazník

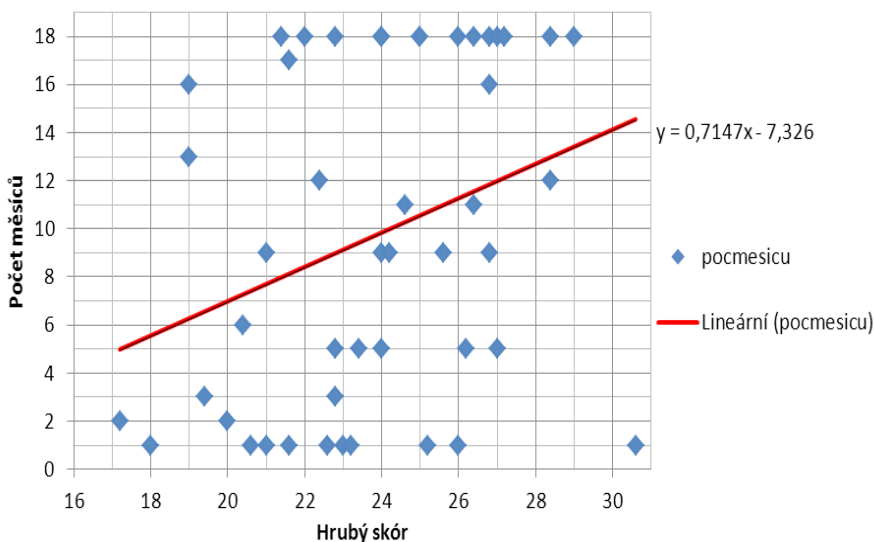
Několikanásobnou matematicko-statistickou analýzou jsme dospěli k závěrečné verzi dotazníku. Jedná se o 26 položkový dotazník a hrubý skór získaný za věk - celý dotazník viz příloha. Split-half reliabilita dotazníku je 0,637, Cronbachova Alfa je 0,628. Zjištěná validita dle Spearmanova koeficientu je 0,343. Byla užita prediktivní validita (po cca 12 měsících bylo zjišťováno, zda jsou respondenti ještě v programu. Počet respondentů: 47). Ve validizační studii položek, které zbyly po statistické analýze, se ukázalo, že je signifikantní korelace mezi setrváním dobrovolníků v programu a jejich věkem.

Věk přiřadíme tedy k výslednému hrubému skóru, podle vzorce: Počet let/5 = HS za věk. Závěrem je rozložení hrubých skórů převedených na vážené, standardní skóry – steny. Z analýzy vyplývá, že hrubý skór do 15 je podprůměrným výsledkem. Osoby s hrubým skórem v tomto pásmu jsou tzv. „rizikové“. Tato informace upozorňuje koordinátory na možnost krátkého setrvání dobrovolníka v programu. Naopak hrubý skór vyšší než 22 by měl predikovat dlouhodobé setrvání dobrovolníka v programu. V případě, že hrubý skór vyjde v rozmezí 16-21, tzn., odpovídá stenu 4 až 7, nachází se respondent v pásmu průměru.





Graf č. 1 - Grafické znázornění závislosti měsíců na hrubém skóru



Z obrázku č. 5, který k této tématice uvádíme, je znázornění závislosti hrubého skóru na počtu měsíců. Dotazník by měl pomoci „identifikovat“ dobrovolníky, kteří setrvávají v programu déle, popř. určit „rizikové jedince“, kteří potřebují více podpory, motivace či dohledu koordinátorů dobrovolníků, aby investovaná energie nebyla zbytečná.

Velice zajímavá a aplikovatelná v praxi je zjištěná korelace věku s délkou aktivní dobrovolnické účasti. Kdy vyšší věk je určitou zárukou, že dobrovolník, který do programu přichází, setrvá déle, než by setrval dobrovolník, se stejnou vstupní motivací, ale nižšího věku.

Kde je hranice, kde již věk není výhodou? Kde potřebuje dobrovolník více péče a podpory, než „průměrně“ starý dobrovolník? Do jakého věku mohou senioři vykonávat činnost sami, bez zásadních omezení? To jsou náměty k dalšímu výzkumu.





Příloha č. 1

Vstupní dotazník pro uchazeče o dobrovolnictví

Vážení uchazeči o dobrovolnictví, rádi bychom Vás požádali o vyplnění následujícího dotazníku. V tomto dotazníku není dobrých a špatných odpovědí. Nad jednotlivými otázkami proto nemusíte dlouho přemýšlet, neexistuje správné řešení. Na základě získaných výsledků se pokusíme zkvalitnit dobrovolnický program tak, aby lépe vyhovoval Vám i klientům.

Hlavička dotazníku (*Povinné položky)

- Jméno a příjmení *
- Věk *
- Pohlaví * žena muž
- Zařízení, kde budu působit:
- Zaměstnání *
- Dosažené vzdělání *

Položky dotazníku:

1. Chtěl (a) bych dělat něco smysluplného *
souhlasím nesouhlasím
2. Mám hodně volného času *
souhlasím nesouhlasím
3. O dobrovolnictví vím již dlouho *
souhlasím nesouhlasím
4. Hledám si koníček *
souhlasím nesouhlasím
5. Chtěl (a) bych získat nové zkušenosti *
souhlasím nesouhlasím
6. Chtěl(a) bych být užitečný/á *
souhlasím nesouhlasím
7. Jsem optimista *
souhlasím nesouhlasím
8. Mám rád(a) zvířata *
souhlasím nesouhlasím
9. V minulosti jsem byl(a) v nemocnici *





- | | souhlasím | nesouhlasím |
|---|-----------|-------------|
| 10. Mám zkušenosti s péčí o nemocného * | souhlasím | nesouhlasím |
| 11. Mám méně kamarádů, za to velice dobrých * | souhlasím | nesouhlasím |
| 12. Chtěl(a) bych se víc rozvíjet * | souhlasím | nesouhlasím |
| 13. Žiju si bezproblémový život * | souhlasím | nesouhlasím |
| 14. Někdo mi v životě pomohl, proto chci pomoci i já * | souhlasím | nesouhlasím |
| 15. Mým vzorem v životě jsou lidé jako ošetřovatelé, lékaři, sestry apod. * | souhlasím | nesouhlasím |
| 16. Jsem rád(a) ve společnosti více lidí * | souhlasím | nesouhlasím |
| 17. O dobrovolnictví vím jen krátce * | souhlasím | nesouhlasím |
| 18. Rád(a) si s někým povídám * | souhlasím | nesouhlasím |
| 19. K dobrovolnictví jsem se dostal(a) náhodou * | souhlasím | nesouhlasím |
| 20. Chtěl(a) bych někomu předat to, co umím * | souhlasím | nesouhlasím |
| 21. Líbilo by se mi zachránit svět * | souhlasím | nesouhlasím |
| 22. Mám rád(a) děti a nemám doma vlastní (bezdětní, odrostlé děti) * | souhlasím | nesouhlasím |
| 23. Hledám si koníček, který mě bude naplňovat* | souhlasím | nesouhlasím |
| 24. Jako pacientovi mi nevádí prostředí nemocnice * | souhlasím | nesouhlasím |
| 25. Chtěl(a) bych někomu pomoci * | souhlasím | nesouhlasím |
| 26. Zním těžce nemocného člověka * | souhlasím | nesouhlasím |





Příloha č. 2

Vstupní dotazník pro uchazeče o dobrovolnictví - vyhodnocení

1. Za každé „souhlasím“ přičtete 1 bod, kromě položky č. 17. Získáte celkový skór v dotazníku.
2. K výslednému součtu přičtete věk, který vydělíte 5. Postup dle rovnice: HS = celkový skór v testu + (věk/5)
3. Závěrem je rozložení hrubých skórů převedených na vážené, standardní skóry - steny.
4. Aplikace do praxe, aneb co s výsledky:
 - a. hrubý skór do 15 je podprůměrným výsledkem (sten 1 - 3). Osoby s hrubým skórem v tomto pásmu jsou tzv. „rizikové“. Tato informace upozorňuje koordinátory na možnost krátkého setrvání dobrovolníka v programu.
 - b. Naopak hrubý skór vyšší než 22 by měl predikovat dlouhodobé setrvání dobrovolníka v programu.
 - c. V případě, že hrubý skór vyjde v rozmezí 16-21, tzn., odpovídá stenu 4 až 7, nachází se respondent v pásmu průměru.

Tabulka pro vyhodnocení dotazníku

STEN	HS	prognóza časového setrvání dobrovolníka
1	12	rizikové pásmo
2	13	
3	14 – 15	
4	16 – 17	pásmo průměru
5	18	
6	19 – 20	
7	21	
8	22	dlouhodobé setrvání dobrovolníka v programu
9	23 – 25	
10	26 – 30	





DOBROVOLNICTVÍ V PRACHATICÍCH Z POHLEDU ZDRAVÉHO MĚSTA A ZDRAVÉHO AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ

**Hana Rabenhauptová,
referent pro samosprávu a komunitní plánování,
kancelář starosty**

(Městský úřad Prachatice)

e-mail: hrabenhauptova@mupt.cz



Dobrovolnictví ve skutečnosti znamená dávat čas a sílu, prostředky

Evropský rok dobrovolnictví 2011 se stal i v Prachaticích rokem oslav, ale též i velkou výzvou, pracovním nasazením. Cílem prachatické kampaně města bylo a je i v novém roce stále informovat občany o dobrovolnictví, zviditelnění dobrovolnictví jako takového a oceňování a zviditelňování dobrovolníků. Plynule pak došlo k rozšiřování dobrovolnictví v Evropském roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012 i u nás.

V Prachaticích jsme uspořádali počátkem roku seminář „Jaké podoby má dobrovolnictví v Prachaticích“, který proběhl v reprezentativních prostorech Radničního sálu Staré radnice v Prachaticích. Velká pozornost byla věnována hlavně místním možnostem dobrovolnictví, byly předány informace o vznikajícím Dobrovolnickém centru při o. s. KreBul, ale také byly pro studenty uvedeny možnosti zapojení se do dobrovolnictví v zahraničí. Na místě byly nabídnuty kontakty k novým formám dobrovolnictví u osob se zdravotním postižením. Zároveň byla vyhlášena kampaň a soutěž. Cílem kampaně byla nominace na Dobrovolníka s kytíčkou (pečovatele, zdravotníka) roku 2011 v





Prachaticích. A v rámci programu byla vyhlášena soutěž „Origami s dobrovolníkem“, soutěž ve výrobě origami. Ti nejaktivnější dobrovolníci z řad seniorů prezentovali společně s námi na konferenci v Soběslavi svoji práci (tancem, háčkováním a pletením bačkůrek dětem do kojeneckého zařízení, či výrobou a distribucí skládaček z papíru).

V rámci spolupráce a partnerství NSZM navštívila naše město delegace zahraničních partnerů (Švédové, Němci, Rakušané, Dánové, Poláci) a jedno z hlavních témat bylo zapojení nestátních neziskových organizací, jednotlivců do dobrovolnictví. Setkání proběhlo v komunitním centru v Prachaticích a hovořilo se česky a anglicky (překládal dobrovolník). Účastníci byli zapojeni do soutěže výroby origami s našimi seniory – dobrovolníky, kteří byli přizváni.

V rámci Týdne dobrovolnictví (první týden v listopadu) se konaly v našem městě zajímavé aktivity. Oslava na závěr roku byla spojená s oceněním Dobrovolníků s kytičkou. Při setkání šlo o poohlédnutí za evropským rokem, prací jednotlivců i kolektivů a také byla zaměřena na udržitelnost dobrovolnictví v místech, kde je zapotřebí. Vážnosti celému setkání dodala účast vedení města Prachatice. Na místě bylo předáno 6 ocenění v oblasti profesionálů a 6 ocenění v oblasti dobrovolníků. Druhý seminář o Dobrovolnictví připravil pro studenty Český červený kříž Prachatice v komunitní místnosti Centra pro zdravotně postižené. Došlo na vyhodnocení soutěže „Origami s dobrovolníkem“ a informování o nastávajícím Evropském roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity 2012.

Počátkem roku 2012 se setkali v Prachaticích Rady seniorů z celého Jihočeského kraje na zahajovací konferenci k EY 2012, následně pak byly prezentovány výstupy, včetně dobrovolnictví na konferenci MPSV v Černínském paláci a poté i v Senátu, a dokonce i v Bruselu na přátelském setkání s ředitelkou centra pro zastoupení ČR v EU.

Důraz je kladen na rozšiřování aktivit z minulých let a navazování na příklady dobré praxe:

Město Prachatice má 11.300 obyvatel, z toho 13,1% seniorů nad 65 let věku. Seniori se organizují, ale nabízí i nečlenům řadu aktivit prostřednictvím:

- MO Svazu důchodců Prachatice, která se schází v klubu POD HRADBAMI a KLUBU SENSEN v SNP,
- Klubu vojenských důchodců, mají vlastní klubovnu,
- Seniorské občanské společnosti, scházející se v Komunitním centru NA SA-DECH,
- Obce baráčníků Vitoraz s vlastní rychtou,
- MO Svazu tělesně postižených / Klubovna, knihovny.





V Prachaticích dlouhodobě působí a existují:

- Rada seniorů města Prachatice,
- Poradní sbor zdravotně postižených a seniorů,
- Domov seniorů Mistra Křišťana, domov pro seniory,
- Domov matky Vojtěchy, domov se zvláštním režimem,
- Hospic sv. Jana N. Neumanna, nestátní zdravotnické zařízení,
- Domy, ve kterých je poskytována pečovatelská služba.

Rada seniorů města Prachatice se skládá ze 7-9 členů. Působí po dobu daného volebního období (shodného s Radou města). Schází se dle potřeby, nejméně jednou za dva měsíce. Je poradním orgánem vedení města. V rámci své činnosti se zabývá všemi problémy a řešením závažných otázek, které se týkají života seniorů ve městě:

- Otázkami sociálními a zdravotní problematiky,
- Otázkami bezpečnosti,
- Otázkami bydlení,
- Otázkami rozvoje města,
- Otázkami dopravy,
- Otázkami kultury, školství, volného času a sportu,
- Dalšími oblastmi společenského života.

V Prachaticích je dobrovolnictví nabízeno a vykonáváno zejména v neziskových organizacích a sociálních a zdravotnických zařízeních, v terénu. Máme ohromnou radost, že i v Prachaticích působí Dobrovolnické centrum, skupina lidí, kteří se specializují na dobrovolnictví a tím i plní výstupy posledního Aktualizovaného Komunitního plánu sociálních služeb ORP Prachatice, kde bylo po dobrovolnictví voláno jak ze strany seniorů, osob se zdravotním postižením, tak i rodin s dětmi. Velmi dobře a dlouhodobě působí dobrovolníci při Českém červeném kříži, prachatickém hospici a v Domově seniorů Mistra Křišťana, prachatické nemocnici, Charitě, ale i Klubu zdravotně postižených.

Každý z nás byl, je, či určitě bude někdy dobrovolníkem. Dobrovolnictví má mnoho podob a je na nás, jakou podobu si vybereme. A je jedno, zda v oblasti životního prostředí, zdravotnictví, sociálních službách, či dokonce ve vzdělávání, sportu nebo kultuře. Dobrovolnictví ve skutečnosti znamená dávat čas a sílu, prostředky.





Příklady:

- Zdravé město Prachatice vyhlašuje výzvy k dobrovolnictví i na tvorbu např.: návrhů na piktogramy pro pracovní skupiny v rámci KPSS, výrobu omalovánek, nebo fotografické dokumenty, návrhy podoby hřišť, apod. Vždy patřičně medializuje.
- V rámci kampaně Obec přátelská rodině v Prachaticích je na jednotlivé akce využíváno velké množství dobrovolníků i z řad seniorů např. při akcích: Babičko, dědo, pojďte si psát email, Pohled do študákovy duše, Rodina plná barev, Týden aktivního stárnutí, Literární kavárna pro seniory, Multikulturní rodina, Barevný den pro celou rodinu, S dědečkem a babičkou za barvičkou, Rodinná barevná odpoledne, Rodinné sportovní hry, Klub Sen Sen – senzační senior, Akademie třetího věku, Jazykové kurzy pro začátečníky, pokročilé (anglicky, německy), Individuální poradenství na počítači, Bezpečně doma i v obci, Rehabilitační plavání, Seniorská olympiáda, Vycházky kolem města nordic walking, Prstová gymnastika rukou, Jógou proti diabetu, Country tance, pěvecký soubor Radostné přátelství, Smyslová aktivizace, Baráčníci dětem, Naše rodina - foto soutěž - kurz.
- Dobrovolníci senioři se zapojili do systému shromažďování a distribuce nových i starších dětských knih za účelem podpory čtení u dětí a knih pro děti prostřednictvím Klubu SENSEN, projektu Aktivní život senzační senioři.
- Křišťanoviny, Občasník, který vychází od roku 2008, informuje o dění v domově, spoluprací na korektuře využívá činnost dobrovolníka (češtináře) a dále domov spolupracuje s Městem Prachatice na společné distribuci Křišťanovin s Radničním listem a tak „Křišťanoviny jdou do každé rodiny“.
- Spolupráce s partnery v rámci dobrovolnictví, např. Domov seniorů Mistra Křišťana v Prachaticích s Městskou knihovnou Prachatice a občanským sdružením STROOM Dub, na projektu „Do cukrárny s knihou“, kde v prostorech domova, připravuje program knihovna a klienti centra zajišťují chod cukrárny.
- Nebo domov seniorů spolupracuje s Městskou organizací Svazu důchodců Prachatice pod názvem „Důchodci důchodcům“ – každé první úterý v měsíci senioři seniorům připravují kulturní představení, Masopust, ...
- V domově seniorů je také od letošního roku realizován nový projekt s názvem „Dobrovolnictví – umění pomáhat“, jehož cílem je do volnočasové činnosti zapojit další osoby – dobrovolníky, kteří naplní všední dny našich seniorů. Náplň dobrovolnické činnosti formou povídání si a naslouchání, poskytnutí společnosti pouhou přítomností, doprovázení na nákupy a procházky, či četba z knih a časopisů.
- Pomoc s odstraňováním škod přímo v postižených lokalitách, díky prachatické Chariťě se př. 36 dobrovolníkům podařilo pomoci při velkých povodních v r. 2009.





- Dobrovolnictví ve prospěch společnosti, např. uživatelé azylového domu sv. Petra v Záblatí a azylového domu sv. Dominika Savia pro matky s dětmi se podílejí na práci nejen pro Farní charitu Prachatice, ale pro veřejnost (např. úklid sněhu, práce v charitním šatníku, pomoc seniorům...).
- Dobrovolníci pro TKS, každoročně se na Tříkrálové sbírce podílí desítky dobrovolníků. Při TKS 2011 se podílelo 32 dobrovolníků z řad dospělých a 89 dětí.
- Pomoc uživatelům v azylovém domě sv. Dominika Savia pro matky s dětmi se jako dobrovolníci zapojují i studenti, zejména při hlídání dětí, při různých akcích atp.





Děkujeme, že jsme se mohli zúčastnit v Soběslavi 17. 9. 2012 – Konference Dobrovolnictví v roce aktivního stárnutí s příspěvkem Příkladů dobré praxe z Prachatic. Na celostátní konferenci o Dobrovolnictví, která probíhala dva dny (prachatická výprava se zúčastnila pouze jeden den) ve společenském sále Kina v Soběslavi, vedle řady dalších odborných příspěvků za Zdravé město Prachatice, připravila prezentaci Hanka Rabenhauptová a z Dobrovolnického centra a doplnil Zdeněk Krejsa.



Prezentace byla obohacena vystoupením části souboru senior country tanců (K. Hrůza, J. Jiroušková) a pletářky (M. Bednárová), pomocnice výroby z papíru origami (J. Lelková). Díky dobrovolníkům (mladým lidem) a jejich výrobě skládanek z papíru – origami, dostali všichni účastníci od prachatických seniorů dobrovolníků dárek.





BARIÉRY DOBROVOLNICTVÍ VE ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ OBLASTI I V ROCE AKTIVNÍHO STÁRNUTÍ

**Mgr. Šárka Pechková (Koubová), odbor. as., Katedra soc. práce
(foto)**

**Mgr. Bohdana Břízová, Ph.D., odbor. asist., Katedra soc. práce
Bc. Iveta Rodková, studentka Zdravotně sociální fakulty ZSF JU**

(Zdravotně sociální fakulta,
Jihočeská univerzita, České Budějovice)

e-mail: skoubova@zsf.jcu.cz



1. Úvod

Dobrovolníci se v dnešní době angažují snad ve všech oblastech lidské činnosti. K nejpočetněji zastoupeným patří zdravotně sociální oblast. Kořínková (2011) uvádí, že dobrovolnictví v této sféře se v posledním desetiletí v ČR nejen rozšířilo, ale i osvědčilo jako jeden z nástrojů zlepšování psychosociálních podmínek pacientů a klientů. Navíc působí i jako nástroj humanizace celkového prostředí, ve kterém jsou zdravotní a sociální služby poskytovány. Dobrovolníci mohou v této sféře vykonávat široké spektrum činností – od přímého kontaktu s klientem až po technickou pomoc při chodu zařízení.

Tošner a Sozanská (2006) ale upozorňují na to, že v této oblasti využití dobrovolníků vyžaduje profesionální přístup, protože dobrovolníci vstupují do institucí, které fungují jako uzavřené systémy, ve kterých může dobrovolník působit zdánlivě jako cizorodý prvek. Při zavádění dobrovolnictví do organizace se můžeme setkat s řadou bariér, které brání rozvoji dobrovolnictví.





2. Bariéry dobrovolnictví

Bariéry dobrovolnictví můžeme rozdělit na:

- bariéry ve vstupu dobrovolníka do organizace:
 - a) na straně organizace,
 - b) na straně dobrovolníka.
- bariéry v dalším rozvoji dobrovolnictví.

Následující text se bude podrobněji věnovat bariérám rozvoje dobrovolnictví na straně organizace, protože šetření (prezentované v další části článku) bylo zaměřeno právě na tuto problematiku. Ostatním tématům se věnují ve svých pracích jiní autoři, např. P. Frič, T. Pospíšilová a kol. Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století (2010).

Niklová (2001) definuje následující bariéry rozvoje dobrovolnictví nacházející se na straně organizace:

- pasivita při vyhledávání a získávání dobrovolníků,
- nedostatečné řízení činnosti dobrovolníků,
- nezájem o dobrovolníky,
- obavy z rizika úrazu,
- obavy ze zneužití klienta dobrovolníkem,
- nedůvěra v čestné motivy dobrovolníka,
- pracovní vytíženost současných pracovníků,
- nedostatek informací o dobrovolnictví.

2.1 Pasivita při vyhledávání a získávání dobrovolníků

Frič (2001) uvádí, že pro získávání dobrovolníků existují dvě strategie, resp. cesty, po kterých se zařízení musí vydat, pokud má o služby dobrovolníků zájem. Lze využít aktivního či pasivního přístupu.

Mluvíme-li o aktivním přístupu při získávání dobrovolníků, jedná se o cílenou snahu o jejich získání. Organizace aktivně vstupují do různých sociálních prostředí (např. do škol) a na těchto místech prezentují své zařízení nebo projekt, kterým se zabývají. Jiným způsobem je adresné kontaktování vybraných osob v dané lokalitě. V některých organizacích se také využívá databáze vlastních dobrovolníků, kteří pomáhají podle svých časových možností a zaměření.

Na druhou stranu pasivní přístup vychází z myšlenky, že dobrovolník se má i dobrovolně přihlásit. Nepočítá se tedy s aktivním vyhledáváním. Organizace v tomto případě vyčkávají a ten, kdo je iniciativní, je právě dobrovolník, který se sám nabídne.





2.2 Nedostatečné řízení činnosti dobrovolníků

Bohužel se stále lze setkat s názorem, že profesionálně řídit dobrovolníky není nutné. Práci s dobrovolníky v organizaci tak dostane na starost např. sociální pracovník nebo jiný zaměstnanec, který s managementem dobrovolnictví nemá žádné zkušenosti a nemá znalosti z této oblasti. Výsledkem je situace, kdy dochází k různým nedorozuměním. Dobrovolníci nevědí, co mají dělat, nemají zpětnou vazbu a ztrácejí chuť do práce. A nakonec ze zařízení odcházejí.

2.3 Nezájem o dobrovolníky

Stává se, že zařízení o dobrovolníky prostě nemá zájem, a to z různých důvodů. Někdy se pracovníkům zdravotních či sociálních zařízení může zdát, že jejich klientům nic nechybí. Proto ani nepocítují potřebu do svého kolektivu začleňovat někoho dalšího, jako je dobrovolník. Také se může stát, že zařízení nemá o dobrovolníky zájem proto, že si není jisté, co mu mohou dobrovolníci nabídnout, nebo vedení organizace nemá dostatek informací o dobrovolnictví obecně.

2.4 Obavy z rizika úrazu

Je pochopitelné, že se vedoucí různých zařízení mohou bát toho, že by dobrovolník při výkonu dobrovolnické činnosti mohl utrpět úraz či způsobit nějakou škodu. Dobré je však upozornit, že i pro tyto situace má profesionálně řízené dobrovolnictví řešení. Nabízí dobrovolníkům pojištění odpovědnosti za škodu způsobenou třetí osobě a také úrazové pojištění.

2.5 Obavy ze zneužití klienta dobrovolníkem

Další bariérou rozvoje dobrovolnictví může být obava z využívání či zneužívání klientů ze strany dobrovolníků. K předcházení těmto situacím slouží především kvalitní výcvik dobrovolníků a pravidelné supervize.

Několikadenní výcvik je nutný v případě dlouhodobé dobrovolnické činnosti, zejména u dobrovolnických programů, kde dobrovolník vstupuje do vztahu s klientem. V těchto případech, jak uvádí Matoušek (2003), je nutné dobrovolníky uvést do základních modelových situací, které mohou při práci s klienty běžně nastat. Je potřeba jim ukázat cestu, jak tyto situace řešit. Zvýšená pozornost by pak měla být věnována možným kritickým situacím a i pro tyto případy je nutné nacvičit možné způsoby řešení. Součástí některých výcviků bývá také psychologické posouzení dobrovolníků z hlediska zralosti osobnosti a možných psychopatologických rysů. Tošner a Sozanská (2006) upozorňují, že výcvikem předcházíme nereálným očekáváním či budoucím nedorozuměním mezi dobrovolníkem, personálem a klientem.





Další možností, jak chránit klienta, je umožnit dobrovolníkům účastnit se pravidelných supervizí. Během nich mohou dobrovolníci mimo jiné řešit společně situace, se kterými si neví rady, učít se novým dovednostem a přebírat zkušenosti od ostatních supervidovaných. Supervize je tedy podporou pro dobrovolníky a zároveň vedením dobrovolníků a dohledem nad jejich činností. Tošner, Sozanská (2006) píše, že supervize zároveň chrání zájem klienta před případnými nevhodnými aktivitami dobrovolníka.

2.6 Nedůvěra v čestné motivy dobrovolníka

Organizace se také může bát toho, že motivy dobrovolníků nejsou vždy čestné a správné. Motivы dobrovolníků by měl velmi dobře znát jejich koordinátor a pracovat s nimi již během výcviku dobrovolníků. Břízová, Koubová (2008) navrhuje metodu brainstormingu, kdy dobrovolníci vyslovují jednotlivé motivy a koordinátor je zapisuje na flip chart nebo tabuli. Dobrovolníci si motivy zapisují na papír, a poté je řadí podle svého názoru od nejdůležitějších k méně důležitým.

Několik nesprávných až nebezpečných motivů k dobrovolné činnosti definovali Tošner a Sozanská (2006): soucit vedoucí k degradaci klienta, nepřiměřená a zbytečná zvědavost, služba pramenící z pocitu povinnosti, skutkaření, snaha něco si zasloužit, touha obětovat se, pocit vlastní důležitosti, nenahraditelnosti aj.

2.7 Pracovní vytíženost současných pracovníků

Často se vedení organizace domnívá, že přítomnost dobrovolníků v organizaci znamená spíš přítěž než pomoc. Obávají se, že pracovníci se budou kromě klientů, muset starat ještě o dobrovolníky. Tomu se dá předejít tím, že organizace určí jednoho pracovníka, který se bude dobrovolníkům věnovat. Jak upozorňuje Matoušek (2003), činnost dobrovolníků musí být koordinována z jednoho místa, nejlépe jedním profesionálním pracovníkem, který je vybaven dostatečnými pravomocemi nejen vůči dobrovolníkům, ale také vůči zaměstnancům a klientům.

2.8 Nedostatek informací o dobrovolnictví

Především nedostatek informací o dobrovolnictví je často příčinou nedůvěry a neochoty s dobrovolníky spolupracovat. Pokud zařízení nejsou informována o tom, co přináší dobrovolnictví, je pochopitelné, že se mu může snažit vyhýbat. Aby mohlo dobrovolnictví úspěšně fungovat, je třeba o něm informace mít. Mohlo by se totiž stát, že zůstane nepochopeno.





3. Cíl šetření

Cílem realizovaného šetření bylo zmapovat nejčastější bariéry rozvoje dobrovolnictví ze strany zdravotních a sociálních zařízení v České republice a dále popsat možnosti překonání bariér u organizací, které dobrovolníky využívají.

4. Metodika

V kvantitativním šetření byla využita metoda dotazování, technika polostrukturovaného dotazníku. Dotazník byl distribuován elektronicky a skládal se z dvanácti otázek. Šetření bylo provedeno ve zdravotnických a sociálních zařízeních v České republice. Respondenty tvořili ředitelé, popř. pověřeni pracovníci registrovaných organizací sociálních služeb a nemocnic. Dotazník byl rozeslán do 3727 zařízení (3685 zařízení sociálních služeb a 42 nemocnic). Celková návratnost dotazníků byla 39%, výzkumný soubor tvořilo 1458 zařízení - 1444 registrovaných poskytovatelů sociálních služeb a 14 nemocnic.

5. Výsledky

Z šetření vyplývá, že z celkového počtu zařízení (1458) jich téměř polovina (686, tj. 47%) dobrovolníky využívá. Těm zařízením, která dobrovolníky využívají, byla položena otázka: „Jak jste dobrovolníky získali?“ – graf č. 1. Nejvíce respondentů (292, tj. 43%) udává, že dobrovolníci se jim sami nabídli. Jen o něco méně (226, tj. 33%) odpovědělo, že o dobrovolníky měli zájem, a proto je sami vyhledali. Ve 13 zařízeních (2%) se k dobrovolníkům dostali podle vzoru jiných organizací a 41 respondentů (6%) se řídilo doporučeními jiných zařízení. Mezi nejčastější odpovědi z možnosti „jinak“ patřily např.:

- Navázali jsme spolupráci se střední školou, nabízíme dobrovolnou činnost praktikantům, exkurzím + spolupráce s městským úřadem a osobami pobírající dávky pomoci v hmotné nouzi.
- Školy + známi.
- Na základě našeho požadavku je vyhledalo dobrovolnické centrum.
- Původní praktikanti - vykonávali u nás odbornou praxi, poté se stali dobrovolníky.
- Prezentace pro nábor dobrovolníků, plakáty s nabídkou, centrum pro komunitní práci.

Další otázkou pro zařízení využívající dobrovolníky bylo: „Nacházely se v cestě k rozvoji dobrovolnictví u Vás nějaké překážky?“ Přibližně polovina (364, tj. 50,4%) zařízení odpověděla, že žádné bariéry při zavádění dobrovolnictví do jejich organizace nepocítovala, 322 respondentů (46,9%) s bariérami dobrovolnictví zkušenost má. Ostatní zařízení (celkem 18, tj. 2,6%) odpověď neuvědla.





Těm zařízením, která se s bariérami setkala, byla položena otázka: „S jakými bariérami na cestě k rozvoji dobrovolnictví jste se setkali?“ – graf č. 2. Z odpovědí nejvyšší hodnotu má možnost „Problémy ve vyhledávání a získávání dobrovolníků“ (169 respondentů). Naopak jako nejmenší bariéru vnímají zařízení „Obavy, že by k nám nikdo dobrovolníka dělat nešel“ (14 respondentů). Mezi nejčastější odpovědi z možnosti „Jiná možnost“ patřily např.:

- Vyjasnění rolí dobrovolníků a prezentace této role klientům, kterým pomáhají.
- Byrokracie.
- Nedostatečné personální zajištění, které by se dobrovolníkům mohlo zcela věnovat.
- Museli jsme naučit personál, aby nebral dobrovolníka jako někoho, kdo do jeho práce zasahuje, ale kdo ji naopak velmi ulehčuje. Pracovníci nevěděli, co budou dobrovolníci dělat, báli se, že jim vezmou práci, že je to pro ně konkurence, brali je jako cizí element.
- Sladit možnosti a představy dobrovolníků s našimi potřebami.
- Nerespektování poslání a cílů zařízení (např. přepečovávání soběstačnějších klientů).
- Neměli jsme stanovená pravidla a koncepci.
- Pojištění dobrovolníků.

Dále bylo zjišťováno, jak se organizace s těmito překážkami vypořádali. Z výsledků je patrné, že 167 zařízení (nejvíce) bariéry dobrovolnictví vyřešili domluvou, komunikací. Některá zařízení (151) se s překážkami vyrovnala tím, že pověřila starostí o dobrovolníky některého zaměstnance v organizaci a 138 zařízení věnovalo dobrovolnictví více času. Možnost poradit se s jinými organizacemi označilo 67 zařízení. Dále měla zařízení opět možnost vyjádřit své vlastní řešení bariér dobrovolnictví. Nejčastější odpovědi z možnosti „Jiné“ bylo např.:

- Předali jsme starost o dobrovolníky akreditovanému dobrovolnickému centru.
- Na počátku bylo třeba stanovit si vlastní vizi v získávání dobrovolníků a v práci s nimi (školení, motivace).
- Ještě jsme nevypřádali, stále máme málo dobrovolníků. Dobrovolník je vzácné a rychle se kazící zboží.
- Cílená trpělivá práce věnovaná této problematice.
- Napsali jsme žádost o grant, zajistili potřebnou dokumentaci a stabilizovali požadavky na dobrovolníky.
- Jasná formulace pravidel dobrovolnictví v organizaci.



Organizace, které dobrovolníky nevyužívají (celkem 744) odpovídaly na otázku: „Máte zájem s dobrovolníky spolupracovat?“ – graf č. 3. Téměř polovina těchto zařízení (348, tj. 47%) by o jejich služby měla zájem a 213 zařízení, což je 29%, naopak o dobrovolníky zájem nemá, protože je dle jejich názoru nepotřebují. Nejméně organizací (2%) udalo odpověď, že o dobrovolníky zájem nemá, protože s nimi má špatné zkušenosti.

Největší bariéry k rozvoji dobrovolnictví vnímají tato zařízení v časové a finanční náročnosti (186 respondentů) a v neschopnosti dobrovolníky vyhledat a získat (185 respondentů) – graf č. 4. Naopak nejméně respondentů (konkrétně 22) nedůvěřuje v dobré a čestné motivy dobrovolníků. Podobně nízké zastoupení má i obava z možného vzniku úrazu dobrovolníka (33 respondentů) a přesvědčení, že by do zařízení nikdo dobrovolníka dělat nešel (42 respondentů).

Mnoho respondentů využilo možnosti „jiné“, a proto nejzajímavější odpovědi uvádíme v nezkrácené verzi:

- Podle našich zkušeností se investice do dobrovolníka nevyplatí – kvalitně pracující dobrovolník vyžaduje zaškolení a načerpání zkušeností, takováto „výchova“ dobrovolníka se vrátí pouze v případě, pokud dobrovolník vydrží dostatečnou dobu a dle naší praxe je životnost dobrovolníků poměrně nízká.
- Při současných početních stavech personálu v sociálních službách se zaměstnanci nemohou věnovat klientům a ještě současně dohlížet na dobrovolníky, za které v podstatě odpovídají. Není prostor a čas se tomu věnovat.
- Málokdy se najde vyhovující dobrovolník, který nám skutečně pomůže a není jen zátěží. Také se bojíme jejich nespolehlivosti.
- Nemají potřebné dovednosti, je proto příliš riskantní nechat je pracovat s klientem. Pro práci jsou nutné odborné znalosti.
- Není zájem ze strany občanů, nikdo k nám nechce dobrovolně a bezúplatně chodit pracovat.
- Zkoušeli jsme, bohužel, když zjistili, kolik je to práce, dlouho nevydrželi.
- Zákonné podmínky, školení, registr, ... administrativa s tím spojená, nesmyslná legislativa. Dobročinnost si mohou dovolit jen lidé, kteří jsou finančně zajištěni.
- Špatná zkušenost – nezodpovědnost ve smyslu docházení na předjednané aktivity (pokud chybí morální kredit, není šance postavit vztah na důvěře, zákoník práce uplatnit nelze)
- Pokud je někdo dobrovolník, znamená to, že pracuje zdarma ???
- Byli by tu k ničemu...
- Já důvěřuji, uživatelé služby nikoliv.





6. Diskuze

Bariéry rozvoje dobrovolnictví ve společnosti stále jsou a budou, což dokazuje i naše šetření. Výsledky jsou v mnoha případech zajímavé, a proto se chceme na tomto místě některým blíže věnovat. Velmi nás překvapilo, že téměř polovina organizací zapojených do šetření dobrovolníky využívá. Toto zjištění koresponduje s myšlenkou Tomeše (2001), že výkon sociálních služeb vyžaduje nejen profesionální sociální práci, ale i nekvalifikované práce, které mohou zajišťovat dobrovolníci. Také Matoušek (2003) poukazuje na to, že dobrovolníci mohou v sociálních službách zastat mnoho užitečné práce, zejména v bezprostředním kontaktu s klientem. V tom se shoduje i s Kořínkovou (2010), která to samé tvrdí o dobrovolnictví v nemocnicích. Přesto jsme neočekávaly tak hojně využívání dobrovolníků v oslovených organizacích.

Získávání dobrovolníků je jednou ze zásadních aktivit organizace, která chce dobrovolníky zapojit do své činnosti, a je to nepřetržitý, stále se opakující proces. Třetina organizací (33%), která se účastnila šetření a již dobrovolníky využívá, je v tomto procesu aktivní a dobrovolníky si sami vyhledávají. Zajímavým zjištěním ovšem je, že 43% organizací využívající dobrovolníky se dobrovolníci nabídli sami. Tyto výsledky dokazují, že obě strategie získávání dobrovolníků (viz Frič, 2001) jsou funkční.

V této souvislosti chceme upozornit na zjištěný fakt, že organizace využívající dobrovolníky uvádí jako jednu z největších bariér rozvoje dobrovolnictví „problémy s vyhledáváním a získáváním dobrovolníků“. Otázkou zůstává, proč je tedy získávání dobrovolníků vnímáno jako bariéra. Může to být tím, že ve společnosti stále ještě přetrvává názor, že u nás nejsou zájemci o dobrovolnictví (jak uvádí Niklová, 2001)? Nebo organizace, přesto že dobrovolníky využívají, vnímají získávání dobrovolníků jako náročné a neefektivní? Je pravdou, a v tom se shodujeme s Tošnerem a Sozanskou (2006), že v tomto procesu platí pravidlo trychtýře: „Když necíleně oslovíte stovky lidí, na vaši ukázkovou akci jich přijde padesát, výcviku se jich účastní patnáct a deset jich u vás zůstane pro dobrovolnickou činnost“.

Když se zaměříme na bariéry v rozvoji dobrovolnictví obecně, z výsledků je patrné, že přítomnost či nepřítomnost bariér rozděluje organizace (již dobrovolníky využívající) zhruba na dvě poloviny. Co je důvodem toho, že v tolika organizacích se s bariérami nesetkali, když Tošner, Sozanská (2006) tvrdí, že bariéry dobrovolnictví ve společnosti existují a nezmizí samy o sobě, dědictví minulosti, zpřetrhané vazby mezi lidmi se neobnoví ze dne na den? Myslíme si, a naše zkušenosti z praxe dokazují, že pokud se organizace na zapojení dobrovolníků dobře připraví (tzn. má dostatek informací o dobrovolnictví, má stanovenou koncepci, pravidla atd.), může se bariérám vyhnout.

V případě, že se bariéry objeví, existuje několik cest, jak je překonat. Často stačí zkvalitnit komunikaci mezi vedením, zaměstnanci a dobrovolníky, věnovat dobrovolnictví více času a především určit jednoho zaměstnance, který bude dobrovolnictví v organizaci koordinovat. Potvrzují to i výsledky našeho šetření a odborná literatura (Tošner, Sozanská, 2006; Matoušek, 2003 atd.).





Bohužel tyto způsoby překonání bariér vnímají organizace, které dobrovolníky dosud nevyužívají, primárně jako bariéry. V šetření se ukázalo, že 186 organizací (ze 744) vnímá jako největší bariéru právě časovou a finanční náročnost. Z našeho pohledu, je to tak trochu „výmluva“. Velmi totiž záleží na atmosféře v organizaci a její ochotě začít s dobrovolnictvím. Pokud vyvstane poptávka po dobrovolnictví od zaměstnanců, k tomu se přidá dostatek informací a vůle, je to dobrý počátek. Důležité je uvědomit si, že dobrovolník nenahrazuje práci profesionálů, ale doplňuje a zkvalitňuje poskytované služby.

Jestliže se organizaci i přesto nedaří dobrovolníky zapojit, je možné oslovit regionální dobrovolnické centrum (tj. organizace profesionálně se zabývající dobrovolnictvím), které v této oblasti pomůže. I v šetření se ukázalo, že toto je jeden způsob překonávání bariér, který organizace využívají.

7. Závěr

Na základě našeho šetření lze konstatovat, že bariéry rozvoje dobrovolnictví v organizacích je stále mnoho. Často ovšem vychází z neznalosti a neinformovanosti o smyslu a principech dobrovolnictví (viz např. odpověď: „Pokud je někdo dobrovolník, znamená to, že pracuje zdarma??“). Proto považujeme další šíření informací o dobrovolnictví ve společnosti za zásadní.

Literatura

- BŘÍZOVÁ, B., KOUBOVÁ, Š. Význam výcviku dobrovolníků ve zdravotně sociální sféře. Kontakt. Roč. X, č. 1/2008., str. 125-132. ISSN 1212-4117.
- FRIČ, P. a kol. Dárcovství a dobrovolnictví v České republice: Výsledky výzkumu NROS a AGNES. Praha: AGNES, NROS, 2001. 115 s. ISBN 80-902633-7-2.
- FRIČ, P., POSPÍŠILOVÁ, T. Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století. Praha: AGNES, 2010. 263 s. ISBN 978-80-903696-8-9.
- KOŘÍNKOVÁ, I. Dobrovolnictví u nás, jeho rozvoj i bariéry. cit. 2011-06-20. dostupné z: <http://www.fnbrno.cz/dobrovolnictvi-u-nas-jeho-rozvoj-i-bariery/t3722>. 11.5.2011
- KOŘÍNKOVÁ, I. Dobrovolnictví v oblasti zdravotně sociální péče. Diagnóza v ošetrovatelství, 2010, roč. 6, č. 4, s. 5 - 6. ISSN 1801-1349.
- MATOUŠEK, O. Dobrovolnictví. In Matoušek, O. a kol. Metody a řízení sociální práce. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-548-2. Kap. 4, s. 61 – 63.
- NIKLOVÁ, D. Bariéry rozvoje dobrovolnictví v pražských domovech důchodců zřizovaných magistrátem. Písemná práce k postupové zkoušce. Praha: FF UK, Katedra sociální práce, 2001.
- TOMEŠ, I. Sociální politika, sociální služby a sociální práce. In Matoušek, O. a kol. Základy sociální práce. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-473-7. Kap. 5, s. 155 – 181.
- TOŠNER, J., SOZANSKÁ, O. Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích. 2. vyd. Praha: Portál, 2006. 152 s. ISBN 80-7367-178-6.

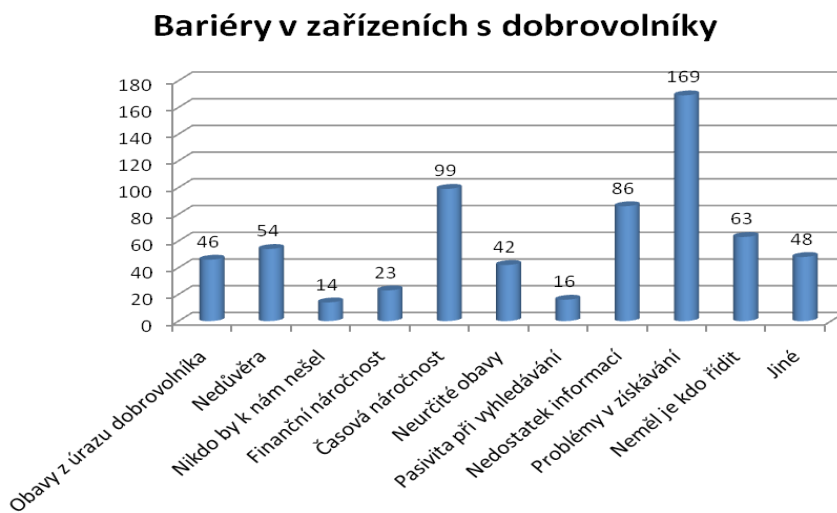




Graf č. 1

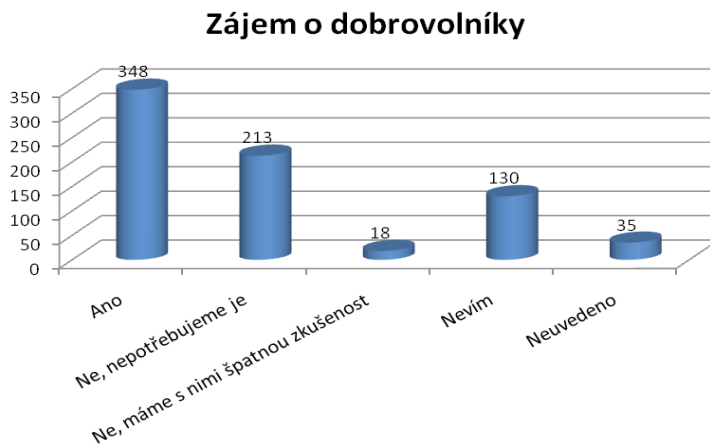


Graf č. 2

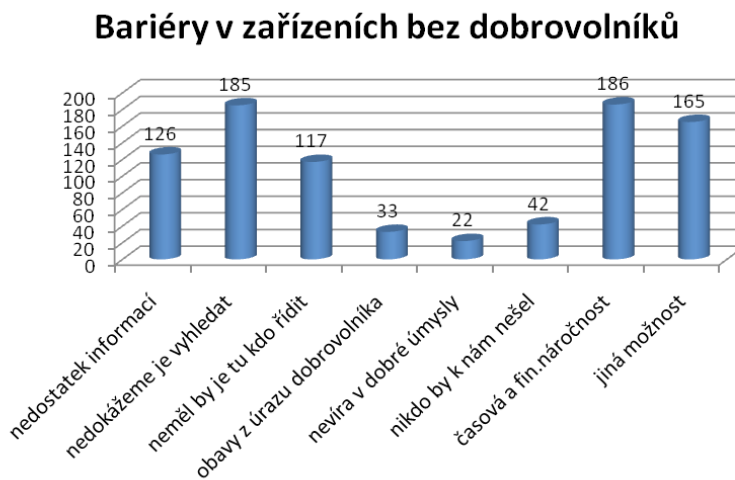




Graf č. 3



Graf č. 4





SENIORSKÉ MEZINÁRODNÍ DOBROVOLNICTVÍ „NOVÉ HORIZONTY“

Ing. Iva Maciá, koordinátorka projektu

(Hodina H, o.s., Pelhřimov)

e-mail: iva@hodinah.cz



Projekt Programu celoživotního vzdělávání Grundtvig Dobrovolnické projekty 50+ realizovalo HODINA H, o.s. (ČR) a Point Europa (UK). Projekt dvouleté spolupráce byl zaměřen na poznávání, vzdělávání a rozvoj dobrovolníků ve věku 50+. Dobrovolníci se po dobu tří týdnů aktivně zapojili a podíleli na činnosti hostitelských organizací, mezi které patřily aktivity s dětmi, mládeží, seniory, ale i veřejností. S programem dobrovolníků souviselo také poznávání kultury, informace o životě v hostitelské zemi, specifické oblasti aktivit a podílení se na životě místní komunity. Předpokladem úspěchu projektu bylo silné kvalitní partnerství dvou neziskových organizací a shoda na podpoře dobrovolníků po celou dobu projektu, a to nejen během hostění, ale i o informovanosti před vysláním. Toto rozhodnutí se ukázalo jako klíčové pro hladký průběh projektu, naplnění očekávání, dosažení cílů, výsledků a široký dopad projektu.

Do Hodiny H přijela šestičlenná skupina seniorských dobrovolníků z Cawsand ve Velké Británii. Dobrovolníci se podíleli na aktivitách s dětmi a mladými lidmi, které pro ně byly velice cenné a zajímavé, a to zejména z hlediska odhalování života a názorů jiné generace v jiné kultuře. Pro všechny dobrovolníky byla příprava vlastních aktivit, prostor pro kreativitu a učení zcela novou zkušeností a osobní výzvou. Velkým přínosem a radostí byla asistence dobrovolníků v Domovech pro seniory, kde již svou přítomností přispěli veliké radosti seniorů v mnohem vyšším věku, než byli dobrovolníci





samotní. Předvánoční čas dodal celému dobrovolnickému pobytu kouzelnou atmosféru a umocnil prožitek dobrovolníků. Ačkoli skupina šesti dobrovolníků znala dobře svou organizaci, nikdy dřív neuvažovala a ani pravděpodobně nevěděla o dobrovolnictví ve své vesničce. Po svém návratu projevilo pět z nich zájem o spolupráci, ale především byli motivováni přispět kvalitě hoštění českých dobrovolníků, kterým chtěli zajistit stejně krásný zážitek, který si odvezli z Česka.

Hodina H vyslala do Point Europa v Cawsand české dobrovolníky, kteří absolvovali roční přípravu (anglický jazyk, tvorba vlastního blogu s informacemi, rozvoj a vzdělávání v tématech a oblastech souvisejících s aktivitami v hostitelské organizaci, příprava prezentací kultury, tradic, atd.). Během přípravy se také mnozí zapojili do činnosti britských dobrovolníků, kteří později podporovali je. Dobrovolníci působili v oblasti předškolního vzdělávání a sociální oblasti, spolupracovali ve stacionáři, kde žijí senioři. Tři týdny ve Velké Británii, příležitost podělit se o vlastní kulturu, nové zkušenosti, nové přátele, motivace a chuť poznávat a pomáhat, je posílily a ihned po návratu do Česka se všichni dobrovolníci velice aktivně zapojili do aktivit Hodiny H. Tato spolupráce nejen že trvá, ale rozvíjí se do dalších oblastí. Ačkoli dobrovolníky zahraničí láká, není to pro ně prioritou. Mnohem cennější je pro ně chuť se zapojit, podílet se, pomáhat, učit se a přispívat k pozitivním změnám.

Hodina H jako organizace si z tohoto projektu odnáší mnoho zkušeností, silného partnera v zahraničí. Během tří týdnů se podařilo oslovit místní komunitu a přispět dopadu na různé cílové skupiny i generace. V rámci regionu projekt podpořil síťování mezi potenciálními partnery, kterých se mezigenerační dialog, práce se seniory a dobrovolnictví týká a mají na jejich rozvoji zájem. Vyslaní i hoštění dobrovolníci do organizace vnesli nové podněty, zpětnou vazbu a nové horizonty.

Z navazující spolupráce s dobrovolníky a z výsledků projektu se potvrdilo, že dobrovolníci si nesmírně cenili zcela novou příležitost, nalezení motivace, možnosti se rozvíjet a seberealizovat, měnit, přispívat a nacházet nové horizonty, jež nabízí obohacení.

Jedním z nejcennějších přínosů celého projektu a nabytých zkušeností je pokračování spolupráce s dobrovolníky, jejich zapojení do každodenní činnosti organizace, jejich další vzdělávání a rozvoj. Prostřednictvím mezinárodní zkušenosti a spolupráce se rozvinulo zapojení seniorských dobrovolníků v místní komunitě, projekt všechny aktéry podpořil v růstu. Tento projekt přinesl konkrétní krok v Evropském roce aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity, setkání generací, vzájemné učení se a skutečný dialog, který vedl k vzájemnému obohacení.

Hodina H všem přeje úspěšnou cestu k objevování nových horizontů!

HODINA H, o.s. hodinah.@hodinah.cz, +420 602 864 837, www.hodinah.cz

Více informací na: <http://www.hodinah.cz/projects/grundtvig/>





JAK POMÁHAJÍ SENIOŘI MORAVSKÉMU ZEMSKÉMU MUZEU

**Mgr. Pavla Vykoupilová, muzejní pedagog,
Metodické centrum muzejní pedagogiky**

(Moravské zemské muzeum, Brno)

e-mail: pykoupilova@mzm.cz



*„Šlechetný se nežene do řečí, ale do práce“
Konfucius*

Je plno oblastí a možností jak smysluplně trávit čas, kterého má senior po odchodu z aktivního pracovního procesu daleko více než dříve. Smysluplné trávení volného času ve stáří a možnost sdílení podstatně zvyšuje kvalitu života seniorů i jeho spokojenost, snižuje pocity osamění a bezmoci a v konečném důsledku zlepšuje jejich psychický i fyzický stav. Zapojení se do společenského života, účast na kulturním dění v místě svého bydliště, vytváření a podpora kladných vztahů a pevných vazeb ke své rodině i k okolnímu světu jsou dalšími předpoklady úspěšné adaptace na období penzionování. (Kovářová, P. Bc: Kvalita života v období stárnutí a stáří, diplomová práce, Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra speciální pedagogiky, Brno 2006, s. 63)

Pro proces adaptability je sociální interakce a její úroveň velmi důležitá. Má výrazný vliv na adaptační schopnosti seniora. Jakýkoliv styk s lidmi jim pomáhá integrovat se do širšího společenství, nedochází k odcizení a stažení se do sebe. Starý člověk potřebuje lidský vztah, který mu umožňuje vytvářet si podmínky pro aktivní, činné stáří a poskytuje mu citové uspokojení. (Jiráčková, A, CRSP Vysočina: Senioři jako dobrovolníci – dobrovolníci seniorům, Kroměříž 2009, in sborník Klub UNESCO - Kroměříž, s. 47)





Zapojení do života komunity a společnosti, pocit uznání a užitečnosti, ocenění zkušeností a smysluplné využití volného času jsou důležité pro pozitivní sebepojetí a životní spokojenost člověka v každém věku. Důležité je podpořit participaci seniorů na vzdělávacích, kulturních a společenských aktivitách a na řešení a rozhodování o otázkách, které se jich významně dotýkají. Sociální začlenění předpokládá zachování sociálních vztahů a kontaktů, právo na sebeurčení a participaci na životě společnosti.

Starší lidé mají v důsledku svých životních a pracovních zkušeností obrovský potenciál uplatnění ve prospěch komunity a společnosti prostřednictvím dobrovolnictví, které je zdrojem seberealizace a sociálních kontaktů. Zkušenosti z dobrovolnictví mohou vést k uplatnění na trhu práce a ke „druhému“ kariéře.

Kultura a kulturní aktivity nabízejí hodnotné využití volného času a jsou zdrojem naplnění a sociálních kontaktů. Kulturní aktivity přispívají k prevenci sociálního exkluze a izolace. Více volného času ve stáří je možno využít pro kulturní život. Kulturní aktivity jsou příležitostí pro posílení mezigeneračních kontaktů a sounáležitosti. Je třeba věnovat pozornost kulturním a duchovním potřebám starší generace a zejména osamělých a sociálním vyloučením ohrožených starších lidí. (Usnesení vlády ze dne 9. ledna 2008 č. 8 o Národním programu přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012, Participace a lidská práva)

Dobrovolnictví v kultuře pomáhá člověku získat nové znalosti a dovednosti. Nejenom že může plně rozvinout svůj potenciál, sebedůvěru a tvořivost, ale celkově také zlepšuje kvalitu života sobě i ostatním. Zejména lidem z tzv. sociálně slabých skupin nabízí dobrovolnictví v kulturní sféře způsob, jak se zařadit do společenského dění. Zde se může dobrovolně angažovat každý, kdo se chce celoživotně vzdělávat, zajímá se o kulturní dědictví, každý, kdo chce uplatnit své znalosti, studenti, lidé výdělečně činní nebo nezaměstnaní, senioři zajímající se o kulturu, lidé se zdravotním postižením či z komunity. Za významnou je třeba pokládat skutečnost, že dobrovolnická služba v kultuře přináší také možnost nevšedních emočních zážitků a dobrovolník může spojit svůj koníček s veřejně prospěšnou činností. (O dobrovolnictví v kultuře obecně, Dobrovolná služba v kultuře in Metodické doporučení Ministerstva kultury ČR pro dobrovolnictví v kultuře a umění, Praha, Nipos, 2012, s. 8)

Dobrovolníci v muzeu hledají cesty, jak zlepšit kvalitu života nejen pro sebe, ale také ostatním. V naší společnosti je obrovský potenciál lidí, kteří mnoho znají, mnoho zažili a mnohé pamatují. Dobrovolnictví je pro ně šancí, jak napomoci účinně předat vědomosti, znalosti a zkušenosti lidem, kteří z nich budou moci čerpat, vlastní iniciativou budou poznané rozvíjet a jednou předávat dalším generacím.

Rozmanitých činností, které mohou dobrovolníci v muzeu vykonávat, je řada. Dobrovolníci se uplatňují často například jako asistenti muzejních edukátorů, lektorů či kurátorů, pomáhají s nejrůznějšími administrativními úkony, při katalogizaci nebo digitalizaci sbírek. Mohou být velmi prospěšní v přípravě interaktivních prvků v expozicích a výstavách i při instalacích výstav.





V podmínkách muzeí a galerií se také osvědčila dobrovolná pomoc při organizování doprovodných edukačních programů pro veřejnost, zejména pro děti a mládež, včetně dětí a mládeže se zdravotním postižením, při zajištění jednorázových akcí, pomoc při zprostředkování nabídky kulturních služeb skupinám lidí se specifickými potřebami, seniorům, menšinám aj. (Dobrovolnictví v jednotlivých oblastech veřejných kulturních služeb: Muzea a galerie in Metodické doporučení Ministerstva kultury ČR pro dobrovolnictví v kultuře a umění, Praha, Nipos, 2012, s. 15)

MZM v současné době dlouhodobě pomáhá šest dobrovolníků seniorů, jejich organizační a administrativní činnosti probíhají jednorázově, podle aktuálních potřeb muzea. Každoročně pomáhají společně s ostatními dobrovolníky na velikonočních a vánočních kulturních programech například s pečením tradičního pečiva.

Všichni naši dobrovolníci seniori mají jedno společné, do muzea je zcela spontánně přivedla potřeba pomoci rodinným příslušníkům, zaměstnancům muzea, a to drobnou opravou předmětů v kanceláři nebo výrobou interaktivních pomůcek pro dětské návštěvníky. Teprve když se seznámili s vnitřním chodem muzea a když v něm objevili svou zpočátku drobnou roli, postupně se vědomě stali dobrovolníky kulturní instituce, smlouvu s muzeem však uzavřela jediná seniorka.

V současné době najdeme mezi zaměstnanci muzea zastoupené všechny věkové kategorie, včetně řady odborně i osobnostně výjimečných seniorů. Pro opravdu živé muzeum, ve kterém nyní působí především mladí dobrovolníci, nejčastěji studentky vysokých škol, přesto potřebujeme životní nadhled, moudrost a zkušenosti dobrovolníků třetího věku, a to zvláště na programech určených rodinám. Doprovodný muzejní program, každoročně probíhající před nadcházejícími svátky Vánoc a Velikonoc, není jen o společném poznávání, tvoření, učení, hraní a zpívání. Pro mnohé vnímavé muzejní návštěvníky mohou být chvíle prožité v muzeu osobním setkáním tří generací uprostřed muzea.

Doprovodné aktivity jsou jedním z nejdůležitějších kontaktních možností muzea s veřejností. Společným jmenovatelem doprovodných muzejních programů se stále více stává aktivita, tvořivost, celistvost poznávání, prožitek, kooperace a komunikace, stejně jako důraz na příjemnou a přátelskou atmosféru prostředí. (Mrázová, L.: in Muzejní pedagogika, Brno 2010: s. 224)

Starší lidé mohou upevňovat sounáležitost mezi členy rodiny na pozadí muzeem zpracovávaných témat s přesahem z minulosti do současnosti a vazbou na konkrétní příběhy, vzpomínky a osudy vlastní rodiny. Dokáží často podávat osobní svědectví o tom, jak vypadal v minulosti každodenní život. (Jagošová, s. 193 in Muzejní pedagogika, Brno 2010: s. 192 – 193)

Programy pro dobrovolníky by měly využít potenciálu starších osob a poskytovat příležitosti pro mezigenerační vztahy a solidaritu. (Usnesení vlády ze dne 9. ledna 2008 č. 8 o Národním programu přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012, Participace a lidská práva)

Kulturní instituce mohou v daleko širší míře nabízet a pomáhat vytvářet možnosti pro zapojení seniorů dobrovolníků.





DOBROVOLNÍCI V SEVEROČESKÉ VĚDECKÉ KNIHOVNĚ

Ivana Pešková, knihovnice, koordinátorka dobrovolníků
(Severočeská vědecká knihovna, Oddělení anglické literatury,
Ústí nad Labem)

e-mail: peskova@svkul.cz



V tomto příspěvku bych ráda informovala o dobrovolné službě v Severočeské vědecké knihovně v Ústí nad Labem. Naše zkušenosti jsou nedlouhé, uběhl právě jeden rok od zapojení prvních dobrovolníků do knihovnické praxe. Mnoho českých i moravských knihoven spolupracuje s dobrovolníky už léta a svůj vztah s dobrovolníky upravují podle Občanského zákoníku.

Naše knihovna se vydala odlišnou cestou. Vztah knihovna – dobrovolník je řešen podle Zákona o dobrovolnické službě č.198/2002. Dobrovolnictví v knihovně chápeme jako dlouhodobý proces, který se pokusím popsat tak, jak probíhá v Severočeské knihovně. Je dobré si však uvědomit, že existují i jiné cesty jak dobrovolníky v knihovnách mít, jak využít jejich potenciálu pro blaho knihoven.

Rok 2011 byl rokem dobrovolníků i v SVK. V dubnu 2011 byla podepsána smlouva mezi SVK a Dobrovolnickým centrem v Ústí nad Labem a tím byla zahájena naše účast na tříletém projektu Dobrovolná služba v muzeu a knihovně. Projekt získal akreditaci Ministerstva vnitra ČR a Dobrovolnické centrum v Ústí nad Labem se stalo pro nás partnerem a pro naše dobrovolníky je vysílající organizací. Severočeská vědecká knihovna, Muzeum města Ústí nad Labem a Collegium Bohemicum o.p.s. jsou v tomto projektu hostitelskými organizacemi. V praxi to znamená, že veškerá administrativa spojená s projektem a největší část povinné dokumentace pro jednotlivé dobrovolníky vede vysílající organizace (Dobrovolnické centrum). Do knihovny, muzea nebo Co-





llegia Bohemica přichází dobrovolník vyškolen, pojištěn a s uzavřenou smlouvou o spolupráci, ve které je přesně popsána jeho dobrovolnická činnost. Je běžné, že dobrovolník je zapojen v rámci projektu u více přijímajících organizací, například dochází do muzea i do knihovny.

Přijímající organizace musí být na příchod dobrovolníků dobře připravena. Prvním krokem v naší knihovně bylo pověření koordinátora dobrovolníků a vymezení jeho činnosti. Následovala informační kampaň o dobrovolné službě v knihovně, která směřovala jednak ke kolegům knihovníkům, ale také k získávání budoucích dobrovolníků. Využili jsme všechny běžné informační kanály: rozeslali jsme infomaily, vydali informační letáky, informace se objevily na našem webu, Twitteru i Facebooku atd. V knihovně byl sestaven tým pracovníků, kteří zajišťují informování v jednotlivých odděleních a také poskytují zpětnou vazbu koordinátorovi i dobrovolníkovi. Uskutečnila se školení zaměstnanců knihovny, přednášela ředitelka Dobrovolnického centra Mgr. Lenka Černá, svoje zkušenosti předali aktivní dobrovolníci.

Připravovali jsme si nabídku pozic pro dobrovolníky. Sladit činnosti, o které mají dobrovolníci v knihovně zájem s tím, co můžeme nabídnout a stále zůstat v souladu se zákonem o dobrovolnické službě, není jednoduché. Nejvíce se dobrovolníci osvědčili tam, kde jsou v přímém kontaktu s uživateli knihovny: spolupracují při pořádání veřejných akcí knihovny, jako asistenti ve výtvarné dílně nebo klubu, informují čtenáře o službách knihovny, pomáhají orientovat se v katalozích nebo zajišťují donáškovou službu hendikepovaným čtenářům. Další dávají přednost roznášení programových letáků nebo pomocným pracím. Nové pozice se utvářejí podle potřeby.

Hodnotit rozpracovaný projekt je brzy. Stále je potřeba dobrými příklady rozptýlovat obavy knihovníků, nezbytností je komunikovat a informovat co nejvíce obě strany. Přes různá rizika, kterým se lze jen stěží vyhnout, ale která lze řešit, se již ukazuje, že dobrovolníci přinesli do knihovny to dobré, co jsme očekávali a co je přínosem především pro čtenáře, ale také pro knihovny: rozšířila a zpestřila se nabídka služeb, kde dobrovolníci knihovníkům asistují nebo službu sami vykonávají (donáška hendikepovaným čtenářům), o knihovně se více mluví, dobrovolníci se zúčastňují jednorázových akcí a přivádějí s sebou členy své komunity.

V červnu 2012 bylo v Severočeské vědecké knihovně zapojeno 13 dobrovolníků a další 3 byli v zaškolování. Podíl seniorů mezi aktivními dobrovolníky je cca 40 procent, ženy převažují nad muži. Zjišťujeme, že knihovna je pro dobrovolníky atraktivním místem, dobrovolníkům se u nás líbí, hlásí se další zájemci a je na nás, jak zajímavé pozice pro ně připravíme a jak využijeme to, co nám nezištně nabízejí.





DOBROVOLNICTVÍ NA ODDĚLENÍ GERIATRIE A NÁSLEDNÉ PÉČE KRAJSKÉ NEMOCNICE LIBEREC

Mgr. Ing. Tomáš Hendrych, koordinátor dobrovolníků

(Krajská nemocnice Liberec)

e-mail: tomas.hendrych@nemlib.cz



1. Stručná charakteristika oddělení

Oddělení geriatrické a následné péče Krajské nemocnice Liberec, a. s. poskytuje komplexní zdravotní, ošetrovatelskou a rehabilitační péči převážně seniorům po proběhnutím akutním onemocnění, úrazu, operaci či při zhoršení chronického stavu. Společně s onkologií a spinální jednotkou se do dobrovolnického programu zapojilo jako první již v roce 2003. Na oddělení působí kontaktní osoba, jejíž zájem a aktivní přístup jsou pro dobrovolnický program velkým přínosem. Důležitou roli hraje též podpora primářky a vrchní sestry oddělení. V roce 2011 působilo na oddělení 8 dobrovolnic. Ty uskutečnily celkem 106 návštěv u pacientů (nejaktivnější 39/nejméně aktivní 2). Pro srovnání uvádím údaje za leden až květen 2012 – 5 dobrovolnic a 51 návštěv. Pro zajímavost dodávám, že jedna z těchto dobrovolnic je již v seniorském věku (rok narození 1948). V roce 2011 uspořádalo dobrovolnické centrum na oddělení celkem 7 kulturně-relaxačních akcí, kterých se zúčastnilo celkem 108 pacientů. Pro dokreslení představ doplním ještě, že v roce 2010 vykazovalo oddělení 99 lůžek, na nichž se vyšetřovalo celkem 953 pacientů.

Z hlediska kvantitativního tedy vyplývá, že dobrovolnický program na tomto oddělení má poměrně značné rezervy. Avšak pevně doufám, že tato skutečnost je kompenzována po stránce kvalitativní. Několik výňatků z dobrovolnického deníčku (viz tab. 1) dokládá, že i nižší počet dobrovolníků může na oddělení zanechat pozitivní stopu.





Tab. 1 Výňatky z deníku dobrovolnice (data: Dobromysl)

5. X. 2011	„Paní kolikrát ani nedutají, jen drží a pak moc děkují. Pro mne je to netradiční setkání s jinou generací, kde já mohu něco dát jí.“
21. XII. 2011	„Pan XY byl jako kdyby spadl do pohádky.“
25. I. 2012	„Na 2. p. bývají pacienti obzvlášť vděční za každé dobrodíní. Bohužel, ne vždy jsou schopni masáž plně absolvovat.“
22. II. 2012	„Pacientky jsou vždy spokojené a překvapené, kteréže hnutí je tak dobré.“
3. V. 2012	„Paní špatně mluvila, ale bylo cítit, jak je blažená. Úžasná, krásná, malinká stařenka plná důvěry, pokory a úsměvu. Takto bych chtěla jednou zestárnout.“

2. Význam dobrovolnického programu pro pacient-senior

V následujících řádcích se pokusím zodpovědět otázku, zda lze dobrovolnický program na geriatrii liberecké nemocnice vnímat jako příspěvek k Evropskému roku aktivního stárnutí. Co náš dobrovolnický program seniorům hospitalizovaným na geriatrickém oddělení vlastně nabízí?

2.1 Možnost aktivního trávení volného času

V denním časovém rozvrhu pacienta dominuje zcela logicky zdravotní péče (ošetřovatelské úkony, rehabilitace, vyšetření, lékařské ordinace, podávání léků apod.) a noční klid. Významný časový úsek zabírají úkony související s hygienou, úklidem osobního prostoru a stravováním. Zbytek času tvoří osobní volno, které může být částečně vyplněno návštěvou.

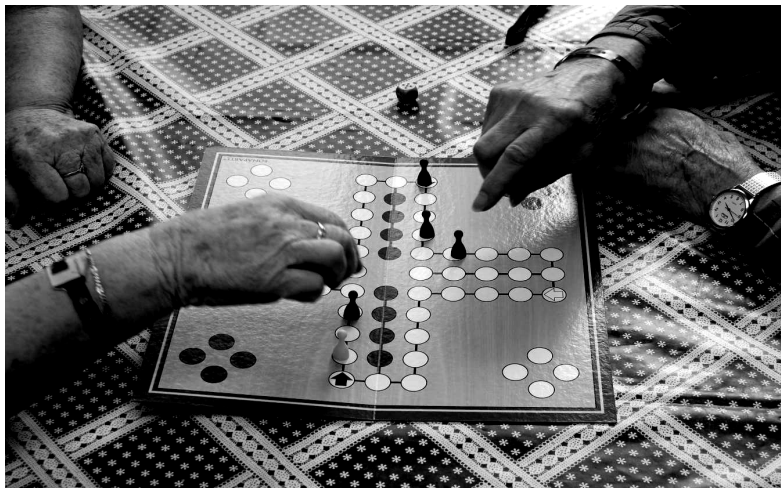
Z hlediska aktivity se v zásadě jedná o pasivní přijímání služeb. Výjimku představuje rehabilitace, jóga či ergoterapie. V těchto případech je důležitá pacientova aktivní spoluúčast. V každém případě mohou být tyto služby zároveň také zdrojem určitého podnětu, vnášejí do časového rámce konkrétní prvek a dávají mu pevnou strukturu a řád.

Volný čas, pokud není vyplněn aspoň částečně návštěvou, může být pro pacienta-seniora poměrně kritickým časovým úsekem. Na jedné straně nemocniční prostředí nenabízí příliš možností k jeho vyplnění (zpravidla TV, či skromná nabídka knih). Na straně druhé jejich zdravotní stav omezuje možnosti a způsoby trávení volného času. Člověk se zpravidla musí lečeho zříci.





Obr. 1 Momentka z turnaje ve hře Člověče, nezlob se! (archiv Dobromysli)



Pomalé plynutí vteřin se potom může jevit jako nekonečné a stát se až nesnesitelným. Zející prázdnota pohlcuje poslední myšlenky jako černá díra kdesi na hranici vesmíru a pohled do stropu začíná pomalu prostupovat do vyššího patra. Obavu, že se strop zřítí, vystřídá našťástí naděje, že někde nad ním se klene blankytné nebe.

Právě sféra volného času nabízí netušený prostor pro dobrovolnické aktivity (viz obr. 1). Ty vnášejí do časové struktury nemocničního dne zcela nový prvek a pozitivně ho obohacují. Pacient má možnost zažít změnu, vybřednout z nudy a mnohdy též vykonat pro sebe něco prospěšného. Konkrétně se velmi osvědčily aktivity rozvíjející manuální zručnost a jemnou motoriku (ruční práce, pečení moučníků) a některé kognitivní schopnosti (Člověče, nezlob se!, zpívání lidových písniček).

2.2 Možnost uspokojit sociální potřeby

Jako pro každého člověka, tak i pro pacienta-seniora je důležité, aby nestrádal po stránce sociální. Mezi nejdůležitější sociální potřeby patří láska. Uspokojení této potřeby v sobě zahrnuje tyto aspekty:

- cítit sounáležitost a sepjetí s lidskou komunitou,
- nebýt opuštěný a setrávat ve sféře zájmu druhých,
- zažívat účastenství, pochopení, přijetí a odpuštění ostatních lidí,
- uchovat si lidskou důstojnost.





Uspokojování sociálních potřeb je uskutečňováno ve společnosti lidí prostřednictvím sociálních kontaktů. Co se týče sociálních kontaktů v nemocnici, pak můžeme konstatovat, že pacient-senior je hospitalizací vytržen z každodenních kontaktů, na něž je zvyklý. Neformální vztahy z každodenního života jsou nahrazeny formálními vztahy v rámci léčebného procesu. Člověk je v nemocnici obklopen většinou lidmi, kteří mu dělají a sdělují nepříjemné věci. Jinými slovy hospitalizací je významným způsobem transformována pacientova sociální síť.

Dobrovolnický program přispívá k uspokojování sociálních potřeb pacientů zejména následujícími způsoby:

- za prvé má pacient možnost navázat zcela nový sociální kontakt, nebýt opuštěný a zažít úcastenství. Setkání s dobrovolníkem mu nabízí příležitost otevřít „zdravá“ konverzační témata. Mnohdy totiž žije v zajetí komunikačních stereotypů na téma nemoci stáří. Okolí jej vnímá jako nemocného, dobrovolník jej vnímá především jako člověka,
- za druhé nabízíme pacientům příležitost ke společnému kulturnímu prožitku. Za tímto účelem pořádáme na oddělení hudební či pěvecká vystoupení,
- za třetí přinášejí naši dobrovolníci pacientů zážitek zájmu ze strany druhých. Jedná se o jednoduchý způsob obdarování mikulášskými či štedrovecerními dárečky.

3. Závěr

Dobrovolnictví na geriatrii představuje pozitivní prvek propojující nemocniční svět se světem vnějším. Pacient-senior v něm může najít tolik potřebnou pomocnou ruku, která může eliminovat případné pocity osamělosti, beznaděje či vyloučenosti.

Seznam použité literatury:

SVATOŠOVÁ, M. Víme si rady s duchovními potřebami nemocných? 1. vyd. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4107-9.

VÁGNEROVÁ, M. Základy psychologie. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-246-0841-3.

VYBÍRAL, Z. Psychologie komunikace. 1. vyd. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-998-4.





KURZY TRÉNINKU PAMĚTI PRO SENIORY NA ZDRAVOTNĚ-SOCIÁLNÍ FAKULTĚ JU VEDENÉ STUDENTY-DOBROVOLNÍKY

Mgr. Lenka Mat'lová (foto)
Mgr. Kateřina Kosová

(Zdravotně sociální fakulta, Jihočeská univerzita,
České Budějovice)

e-mail: motlova@zsf.jcu.cz,
katka.trenovanipameti@seznam.cz



1. Centrum pro seniory PATUP na ZSF JU

Centrum pro seniory PATUP vzniklo na Zdravotně sociální fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích (ZSF JU) v roce 2001 a tvořilo nedílnou součást Ústavu sociální práce ZSF JU. Centrum se věnuje mnoha aktivitám jednorázového i pravidelného charakteru. Činností je pak především individuální a skupinová práce se seniory. Název centra je odvozen od aktivit, které zde probíhají:

- Písmeno P – Parkinsonova choroba (poradenství, informační kampaň, spolupráce s Klubem Společnosti Parkinson)
- Písmeno A – Alzheimerova choroba (kontaktní místo ČALS – projekt Dny paměti, poradenství, konzultace, veřejná sbírka v rámci Pomerančového týdne)
- Písmeno T – Trénování paměti (skupinová, individuální forma, Národní týden trénování paměti, pobyt s trénováním paměti)
- Písmeno U – Úspěšné stárnutí (přednášková činnost, tvořivé aktivity pro seniory)
- Písmeno P – Poradenství (laičtí a profesionální pečovatelé - komunikace se seniory).





2. Kurzy tréninku paměti na ZSF JU

Pořádání kurzů tréninku paměti patří mezi stěžejní činnost Centra pro seniory PATUP na ZSF JU. Níže jsou uvedeny počty realizovaných kurzů dle jednotlivých akademických roků a demografické údaje trenérů paměti:

- a) AR 2009/2010: skupinová forma - 9 skupin trénování paměti v Centru pro seniory PATUP – 1x týdně 1,5 hod., 9 pravidelných dobrovolníků + 1 koordinátorka tréninku paměti;
- b) AR 2009/2010: individuální forma - 1 individuální trénování paměti – 1x týdně 0,5 - 1 hod.;
- c) AR 2010/2011: 4 kurzy tréninku paměti, 7 dobrovolnic + 1 koordinátorka;
- d) AR 2010/2011: individuální forma - 1 individuální trénování paměti – 1x týdně 0,5 - 1 hod.;
- e) AR 2011/2012: skupinová forma - 7 skupin trénování paměti v Centru pro seniory PATUP - 1x týdně 1,5 hod., 7 dobrovolnic + 1 koordinátorka tréninku paměti (Mařhová, Kosová, 2011);

Tab. 1 Demografické údaje trenérů paměti v roce 2011

Respondent	Pohlaví	Věk	Ročník, obor	Délka vedení kurzů
1.	žena	21	3. RPB ZSF JU	5 semestrů
2.	žena	21	3. RPB ZSF JU	4 semestry
3.	žena	22	1. RPN ZSF JU	4 semestry
4.	žena	23	2. RPN ZSF JU	5 semestrů
5.	žena	23	3. Psychologie PF JU	3 semestry
6.	žena	22	3. Psychologie PF JU	3 semestry
7.	žena	24	2. RPN ZSF JU	3 semestry

Zdroj: Kateřina Kosová. IN: Trénování paměti v Centru pro seniory PATUP. Diplomová práce, ZSF JU, 2011.

Trenérky paměti – dobrovolnice mají zajištěno v Centru pro seniory PATUP na ZSF JU:

- a) odborný výcvik v Centru pro seniory PATUP dle filozofie České společnosti pro trénování paměti a mozkový jogging (ČSTPMJ);





- b) supervize 1 - 3x za semestr + individuálně;
- c) mnoho materiálů a pomůcek k dispozici zdarma v Centru pro seniory PATUP;
- d) možnost uznání odborné praxe v rámci studia na ZSF JU;
- e) možnost zapojení do akreditovaného vzdělávání v rámci ČSTPMJ (profesionální trenér paměti) – kurzy v Praze;
- f) týmová práce;
- g) získání praxe a zkušeností v oblasti seniorů;
- h) osvědčení a doporučení;
- ch) večere dobrovolníků (Matřhová, 2011).

Tab. 2 Spokojenost seniorů s kurzy tréninku paměti (KPT)

	ANO	NE
Spokojenost s KTP	20	0
Spokojenost s prostory KTP	11	9
Spokojenost s časem KTP	20	0
Spokojenost se skupinou na KTP	20	0
Spokojenost s trenérem paměti	20	0

(Zdroj: Kateřina Kosová. In: Kurzy trénování paměti v Centru pro seniory PATUP na ZSF JU. Závěrečná práce ČSTPMJ, 2010)

Tab. 3 Ocenění trenérů paměti respondenty

Dokáže zaujmout a upoutat pozornost. „Je milá a trpělivá.“
Ráda pracuje se starými lidmi a předává něco nového: „Líbí se mi, že to nejsou profici, takže poznávají to stáří. A zase my poznáváme to mládí.“
I po tolika letech dokáže vymyslet stále nová a nová cvičení.
Je klidná a reaguje klidně i na některé nesmysly, které ve skupině během lekce KTP zazní.
Přestože je mladá, tak to se skupinou seniorů vydržela tak dlouho.
Skupině sdělí i něco ze svého soukromí: „Má pro nás pochopení, pochopení pro staré lidi a postižené děti, a to je při této práci velmi důležité.“





Stále připravuje něco nového: „Cením si její tolerance vůči nám, že nás bere tak, jací jsme.“
Je vždy připravená na jednotlivé lekce.
Má velkou trpělivost: „Věnuje nám čas na úkor svého volného času.“
Jsou velmi slušné, vynalézavé a pomáhají, když je potřeba.
Je stále vřidná a usměvavá, je ochotná vždy poradit: „Je trpělivá, nikdy na nás nechvátá a nám se pak velmi dobře pracuje.“
Jsou milé, ochotné a hlavně jsou slušné: „Slušnost to je to nejdůležitější. Nedávají oči v sloup, když něco nevíme.“
Jsou vždy připravené a ohleduplné: „Až se dívám, jakou s námi mají trpělivost.“
Jsou tolerantní, trpěliví, věnují čas přípravě.
Má sociální citění: „Je vidět, že má k tomu vztah.“ Vede KTP ve svém volném čase a nemá z toho ani žádné výhody, musí se na lekci připravit a stráví nad tím určitý čas: „Oceňuji to, že chce dělat něco navíc, což je pro dnešní dobu nezvyklé.“
Je příjemná, milá, nedělá ze sebe něco víc: „Nedává nám najevo, že jsme občas nevědomí.“
Je velmi milá, příjemná, má hezký přístup ke starším osobám, snaží se.
Je velmi milá, přátelská.
Je poctivá a vždy připravená.
Je vždy dobře připravená, dává zajímavá cvičení, je klidná a umí jednat se starými lidmi.

(Zdroj: Kateřina Kosová. In: Kurzy trénování paměti v Centru pro seniory PATUP na ZSF JU. Závěrečná práce ČSTPMJ, 2010)

Použitá literatura

MAŤHOVÁ, L.: Trenérky paměti na ZSF JU. Nепublikovaný text, 2011.

MAŤHOVÁ, L., KOSOVÁ, K.: Kurzy tréninku paměti na ZSF JU. Nепublikovaný text, 2011

KOSOVÁ, K.: Trénování paměti v Centru pro seniory PATUP. Diplomová práce, ZSF JU, 2011.

KOSOVÁ, K.: Kurzy trénování paměti v Centru pro seniory PATUP na ZSF JU. Závěrečná práce ČSTPMJ, 2010.





MOŽNOSTI VYUŽITÍ DOBROVOLNÍKŮ V OBLASTI AKTIVIZAČNÍCH ČINNOSTÍ V POBYTOVÝCH SOCIÁLNÍCH ZAŘÍZENÍCH

Mgr. Lenka Matřhová, odborná asistentka, katedra sociální práce

(Zdravotně sociální fakulta, Jihočeská univerzita,
České Budějovice)

e-mail: motlova@zsf.jcu.cz



1. Aktivizační činnost v pobytových sociálních zařízeních

Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením jsou podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách (§ 66) ambulantní, popřípadě terénní služby poskytované osobám v důchodovém věku, nebo osobám se zdravotním postižením ohroženým sociálním vyloučením. Služba podle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti:

- a) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím,
- b) sociálně terapeutické činnosti,
- c) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Mezi pobytová sociální zařízení patří domovy pro seniory a domovy se zvláštním režimem.





1.1 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 (§ 49, zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách). Služba podle odstavce 1 tohoto zákona obsahuje tyto základní činnosti:

- a) poskytnutí ubytování,
- b) poskytnutí stravy,
- c) pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu,
- d) pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu,
- 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.

1.2 Domovy se zvláštním režimem

V domovech se zvláštním režimem se podle § 50 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách poskytují pobytové služby osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, a osobám se stařeckou, Alzheimerovou 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 způsoben specifickým potřebám těchto osob. Služba podle odstavce výše uvedeného zákona v odstavci 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 zvládnání 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.





2. Aktivita ve stáří

Aktivita je pro každého jedince prostorem, kde se projevuje jeho osobnost. Aktivita obecně lidem přináší lepší:

- a) strukturování času,
- b) ovlivňuje sociální kontakty,
- c) přispívá ke zlepšení fyzické a psychické pohody,
- d) podílí se na vytváření společenského statusu (Janečková, Kalvach, Holmerová, 2004).

Aktivita v domácím či ústavním zařízení navazuje na to, co bylo přerušeno nemocí či institucionalizací, nebo pomáhá rozvinout to, co zůstalo skryto – stává se možností a příležitostí k růstu (Janečková, Kalvach, Holmerová, 2004).

Aktivita ve stáří by měla být:

- a) smysluplná,
- b) měla by odpovídat osobnostnímu zaměření seniora a jeho potřebám,
- c) přinášet životu smysl a udržovat jeho kontinuitu,
- d) přispět ke zvýšení kvality života seniora,
- e) aby byl senior spokojen s tím, čím je, jak mu je a co dělá (Janečková, Kalvach, Holmerová, 2004).

Význam podpory aktivit pro adaptaci seniora v instituci:

- a) příchod a adaptace seniora v instituci,
- b) podpora aktivit seniorů v adaptačním období,
- c) informace o novém prostředí,
- d) zhodnocení rozhovoru s klientem a spolupráci s ním a s rodinou,
- e) zapojení rodinných příslušníků,
- f) informace o možnostech využití volného času,
- g) vytvoření podpůrného prostředí,
- h) vytvoření vhodného psychosociálního klimatu,
- i) nabídka aktivizačních programů,
- j) činnosti jako součást kontraktu s klientem a jeho individuálního plánu,
- k) pravidelné hodnocení s klientem (náplň života, činnosti atd.) (Janečková, Kalvach, Holmerová, 2004).





3. Využití a zapojení dobrovolníků do aktivizace

- a) Motivace – při výběru dobrovolníků zjišťujeme jejich motivaci pro práci se seniory. Zajímají nás především tyto otázky: Jaká je motivace být dobrovolníkem?, Proč právě seniory?, Proč domovy pro seniory/domovy se zvláštním režimem?
- b) Výcvik dobrovolníků - výcvik by měl být minimálně jednoduchý.
- c) Kontrakt – písemný, kde jsou mimo jiné dojednána práva a povinnosti dobrovolníka, organizace a seniora.
- d) Práva a povinnosti dobrovolníků.
- e) Pojištění – doporučujeme uzavřít.
- f) Supervize – osvědčila se nám skupinová forma. Dobrovolníci by měli mít možnost i supervize individuální v případě potřeby.

Využití dobrovolníků během aktivizačních činností

- běžná (laická) činnost dobrovolníka;
- částečně odborná činnost dobrovolníka;
- jednorázové činnosti;
- pravidelné činnosti;
- činnosti a aktivity se seniory;
- činnosti nezahrnující práci se seniory;

Činnost dobrovolníků nezahrnující práci s pacienty:

- a) informační služba v recepci,
 - b) výzdoba oddělení, udržování nástěnek,
 - c) péče o květiny, zahradu,
 - d) organizační pomoc,
 - e) podpora fundraisingu,
 - f) pomoc s administrativou,
 - g) interní pošta a zásilky,
 - h) pomoc koordinátorovi dobrovolníků,
 - i) drobné technické opravy a údržba,
 - j) prodej v charitním obchodě s dárky či květinami.
- (Novotný, Stará a kol., 2002).





Mezi nejčastěji používané aktivizační činnosti v domovech pro seniory a domovy se zvláštním režimem v České republice patří zejména:

- a) trénování paměti,
- b) reminiscence,
- c) canisterapie,
- d) arteterapie,
- e) muzikoterapie.

4. Canisterapie a dobrovolnictví

Výcvikové canisterapeutické sdružení Hafík, o.s. se zabývá výukou trenérů pro výcvik terapeutických psů, výcvikem canisterapeutických týmů a především praktickováním odborné canisterapie a felinoterapie. Podnětem k založení sdružení se stala především potřeba zavedení profesionálně prováděné canisterapie v České republice.

Od roku 2008 je Výcvikové canisterapeutické sdružení Hafík, o.s. akreditovaným dobrovolnickým centrem v oblasti dlouhodobé dobrovolnické služby a stalo se tak první organizací, která je způsobilá provádět dobrovolnickou službu v oblasti vysílání dobrovolníků s jejich otestovanými terapeutickými psy. Hlavním posláním této dlouhodobé akreditované dobrovolnické služby je pomoc osobám se zdravotním postižením, seniorům a pomoc při péči o mládež na území ČR, zejména v oblasti jižních a středních Čech (<http://www.canisterapie.org/c-39-organizace-a-struktura.html>).

V rámci tohoto občanského sdružení fungují jednak dobrovolníci se psem (aktivní, v přípravě, s ukončenou platností certifikátu, pasivní), jednak dobrovolníci bez psa, kteří jsou nápomocní při praktikování canisterapie a podílejí se mimo jiné na přípravě programu (<http://www.canisterapie.org/c-42-dobrovolnici-se-psem.html>).

Použitá literatura

Janečková, H., Kalvach, Z., Holmerová, I.: Programování aktivit, motivování, akceptování a kognitivní rehabilitace. In: Kalvach, Z., Zadák, Z., Jiráček, R., Závázalová, H., Sucharda, P. a kol.: Geriatrie a gerontologie. Praha: Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0548-6.

Novotný, M., Stará, I. a kol. Dobrovolníci v nemocnicích. Metodický manuál pro zdravotnická a sociální zařízení. Praha: Hestia, 2002. ISBN 80-238-8697-5.

Výcvikové canisterapeutické sdružení Hafík, o. s. Dostupné z: <http://www.canisterapie.org/c-39-organizace-a-struktura.htm>

Výcvikové canisterapeutické sdružení Hafík, o. s. Dostupné z: <http://www.canisterapie.org/c-42-dobrovolnici-se-psem.html>

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách.





DOBROVOLNICKÝ PROGRAM „DOHROMADY“ ZAMĚŘENÝ NA TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU S LIDMI S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM V KARLOVARSKÉM KRAJI

Mgr. Romana Trutnovská, koordinátorka dobrovolníků
(Instand, o.s., Karlovy Vary)
e-mail: trutnovska@instand.cz



Občanské sdružení INSTAND založili v roce 2004 odborníci z oblasti sociálních služeb na základě svého odborného zájmu a veřejné potřeby podpořit proces transformace sociálních služeb v České republice. Zakládající členové se podíleli na vytváření Standardů kvality sociálních služeb a certifikačního systému sociálních služeb v celé České republice. INSTAND má celorepublikové pokrytí a působí ze tří poboček - z Prahy, Liberce a Karlových Varů.

Mezi hlavní činnosti občanského sdružení patří:

- podpora transformace pobytových sociálních služeb,
- semináře na klíč - celoživotní vzdělávání sociálních pracovníků a úředníků,
- supervize v sociálních službách,
- poskytování konzultací k rozvoji kvality sociálních služeb,
- příprava na inspekce poskytování sociálních služeb.





V Karlovarském kraji je občanské sdružení INSTAND realizátorem aktivit Individuálního projektu Karlovarského kraje „Udržitelnost dostupnosti krajské sítě sociálních služeb v Karlovarském kraji“. Projekt je realizován v letech 2011 – 2013 a navazuje na projekt „Poskytování sociálních služeb v Karlovarském kraji, které jsou dostupné a kvalitní z pohledu uživatele“, který byl realizován v letech 2009 – 2011 a jehož realizátorem bylo také o.s. Instand. Cílem projektu je podpořit a prohloubit transformační proces pobytových služeb v Karlovarském kraji a pokračovat v optimalizaci sítě sociálních služeb pro osoby se zdravotním postižením (především s mentálním). V rámci projektu bude umožněn přechod z domovů pro osoby se zdravotním postižením (dále jen DOZP) 15 uživatelům sociálních služeb. V rámci minulého projektu odešlo ze čtyř DOZP do návazných služeb, nebo do obce 29 uživatelů.

V rámci individuálních projektů vznikly v kraji sociální služby pro lidi s mentálním postižením, které zde doposud chyběly (chráněné bydlení, podpora samostatného bydlení, sociální rehabilitace, sociálně terapeutické dílny). V kraji ale zcela chybí dobrovolnické aktivity orientované na lidi s postižením. Dobrovolnické činnosti jsou zaměřené především na děti a seniory. V Karlovarském kraji obecně nejsou dobrovolnické aktivity moc rozvinuté. Je proto nutné občany kraje více informovat o principech dobrovolnické činnosti.

Dobrovolnický program DOHROMADY vznikl v rámci již zmíněného Individuálního projektu kraje a jeho realizátorem je o.s. Instand. Dobrovolnický program reaguje na skutečnost, že lidé, kteří se odstěhovali z DOZP do samostatného bydlení, často kolem sebe nemají dostatečně funkční sociální síť, ani dostatek kontaktů a zkušeností s možnostmi trávení volného času. Program je zaměřený na trávení volného času s lidmi s mentálním postižením a jeho cílem je podpořit lidi s postižením v navázání kontaktů v místě bydliště a ukázat jim možnosti trávení volného času. Dobrovolnické činnosti se začaly rozvíjet v červnu 2012 a v současné době máme zažádáno o akreditaci dobrovolnické činnosti, abychom zajistili finanční udržitelnost programu i po skončení projektu. Akreditace nám bude udělena během září 2012.

Dobrovolnický program je rozvíjen dvěma směry. Jeden směr se zaměřuje na podporu uživatelů, kteří žijí v DOZP ústavního typu. Cílem je podpořit zejména ty aktivity, které umožní uživatelům opustit ústav v doprovodu dobrovolníka a trávit volný čas v běžném prostředí. V rámci podpory uživatelů, kteří žijí v DOZP ústavního typu, spolupracujeme s DOZP „SOKOLÍK“ v Sokolově, p. o., DOZP v Lubech, p. o. a s DOZP v Mariánské, p. o. Druhý směr se zaměřuje na uživatele, kteří žijí v běžném prostředí mimo DOZP za podpory návazných sociálních služeb a kteří často kolem sebe nemají dostatečně funkční sociální síť ani dostatek kontaktů a zkušeností s možnostmi trávení volného času. Jedná se zejména o uživatele, kteří v nedávné době (v průběhu minulých 2 – 3 let) opustili krajské ústavní zařízení v rámci probíhajících individuálních projektů kraje. Dobrovolnické aktivity mohou podpořit i přípravu uživatelů, kteří se chystají opustit DOZP, a to nejen v rámci probíhajícího projektu.





Dobrovolnický program DOHROMADY je realizovaný formou individuálního kontaktu mezi dobrovolníkem a člověkem s postižením. Dobrovolník poskytuje uživatelům podporu při trávení volného času – návštěva kulturních akcí, výlety, procházky, sport, kino, tanec a divadlo (pasivně i aktivně) apod. podle přání uživatele. Jsou vytvořené medailonky uživatelů, které obsahují informace o jejich přání, zájmech a případných speciálních nárocích na dobrovolníka. Medailonky jsou k dispozici dobrovolníkům, dvojice jsou vytvořeny na základě společných zájmů a přání. Schůzky dobrovolníka s uživatelem probíhají pravidelně minimálně 1x za 14 dní. Dobrovolníci také pořádají jednorázové akce – výlety, společenské akce, večírky apod. Cílem setkávání je posilování kompetencí lidí s mentálním postižením především pomocí budování důvěry v okolí a sami v sebe.

V současné době spolupracujeme s 15 dobrovolníky. Dvě dobrovolnice dochází do DOZP, jedna dobrovolnice se schází s uživatelkami, které se budou stěhovat z DOZP do samostatného bydlení. Dvanáct dobrovolníků se schází s uživateli, kteří již bydlí samostatně. Naši současní dobrovolníci jsou zejména z řad studentů gymnázií ve věku 17 – 19 let. Dále máme dobrovolníky nižšího seniorského věku a v produktivním věku. Nábory dobrovolníků probíhají na SŠ a VOŠ, dále jsme kontaktovali církevní organizace a prezentujeme program na akcích kraje. Nyní se chceme zaměřit na oslovení klubů seniorů a do dobrovolnického programu zapojit seniory. Po udělení akreditace bychom rádi do programu zapojili nezaměstnané evidované na úřadu práce.



DOBROVOLNICTVÍ VE VZDĚLÁVÁNÍ (NADANÝCH)

Ing. Mgr. Vojtěch Tutr, odborný pracovník
(Národní institut dětí a mládeže MŠMT, Praha)
e-mail: vtutr@kdf-30.karlov.mff.cuni.cz



Dobrovolníci se nejen v zemích kde je jejich činnost běžná, již mnoho dekad ale také u nás, uplatňují v čím dál širší řadě oborů. Po nemocnicích se dobrovolníci objevují v zařízeních pro seniory, v dalších sociálních službách, v kulturních organizacích. Ukazuje se, že dobrovolnictví je přínosné všude tam, kde je vhodně zorganizováno, kde je k němu přístupováno s realistickými očekáváním, a kde specifické potřeby cílových skupin odpovídají typickým přínosům, které dobrovolníci mohou nabídnout.

Dobrovolníci ve vzdělávání by měli působit všude tam, kde mohou zvýšit potenciál vzdělávacích procesů, přinést specifické vědomosti a znalosti, které by jinak nebyly dosažitelné díky nedostatku zdrojů pořádající organizace, vytvořit aktivity, které by nevznikly kvůli chybějícím vědomostem nebo časovým či jiným omezením.

V současnosti je řada míst, kde dobrovolníci ve vzdělávacích aktivitách již působí, případně se jejich činnost dobrovolnické velmi blíží. Za ni lze považovat činnost odborných garantů a členů komisí soutěží a přehlídek i nadšeneckou činnost s dětmi a mládeží na úrovni neformálních skupinek. Lze také zmínit zkušenosti ze zahraničí, kde dobrovolníci působí ve vzdělávacích programech botanických zahrad, muzeí a dalších institucí. Dobrovolníci z firem, které využívají pokročilé technologie, chodí do škol popularizovat vědu či techniku a motivují žáky ke studiu náročných oborů. Dobrovolníci také působí jako asistenti ve školách, koučují procesy vzdělávání žáků, pomáhají při vyučování novinek z oboru vědy a technologií.

Zavádění dobrovolnictví do procesů vzdělávání by tedy mělo pomoci na jedné straně doplnit nedostatek zdrojů a přinést specifické znalosti i entusiasmus spontánní činnosti, na druhé straně poskytnout legální zařazení aktivit, které se dnes dějí jen velmi





opatrně a přes nepřízeň systému, v němž fungují, do portfolia vzdělávacích aktivit, dále zvýšení kvality těchto aktivit prostřednictvím vzdělávání organizátorů a zlepšení jejich přístupu k metodickým informacím a také zvýšení informovanosti o těchto aktivitách zaměřené na cílovou skupinu ale také na sponzory, atd. Z této skutečnosti budou těžit i ti, kterým přiznání statutu dobrovolníka zlepší jejich sociální status nebo umožní nastartování či prodloužení aktivního věku.

Specifickým přínosem zapojení dobrovolníků je spontaneita, angažovanost ve volném čase, nadšenectví, fachmanství, využití potenciálu vzdělaných lidí a jejich praktických zkušeností, sociální aspekt zapojení lidí ohrožených exkluzí (na mateřské dovolené, absolventů bez předchozí praxe, nebo lidí po skončení aktivní kariéry) do smysluplné činnosti, která jim zprostředkuje odpovídající sociální status nebo alespoň zmírní jeho propad.

Z dosavadní praxe víme o lidech, kteří se práci s mládeží věnují bez nároku na odměnu či bez zařazení pod nějakou školskou či vzdělávací instituci. Současně evidujeme chybějící zdroje institucí, které se vzděláváním dětí ve volném čase zabývají, i základních a středních škol, které mají zájem s nadanými pracovat. Dále se jeví jako podnětná spolupráce firem, které nutnost práce s (nadanými) žáky a studenty rozpoznávají, se vzdělávacími institucemi. Odtud vychází typologie dobrovolnických aktivit, které by měly být v systému dobrovolnické činnosti ve vzdělávání rozpracovány:

- A) dobrovolníci ve volnočasových aktivitách. Dobrovolníci působí na půdě SVC, NNO, ve školních klubech, školních družinách a dalších organizacích. Dobrovolníci zde vykonávají činnost odborných instruktorů, lektorů, expertů, konzultantů, autorů aktivit, apod.
- B) Dobrovolníci aktivní bez odpovídající platformy, pouze na základě neformálních vztahů se zájemci o témata přírodních věd a techniky (případně o jiná témata) ve volném čase a mimo organizace a instituce. Sem spadají zejména různé „kutilské“ aktivity, organizování společných exkurzí, výprav a dalších aktivit, které přispívají k zvyšování kompetencí a zájmu o jmenované obory.
- C) Firemní dobrovolníci – specialisté, kteří přinášejí odborné znalosti a praktické zkušenosti ze své profesionální činnosti. Tyto jejich přínosy lze využít nejen pro volnočasové aktivity, ale též pro obohacení školní výuky. Firemní dobrovolníci, kteří mají zkušenost s technologiemi, vývojem a implementací vědeckých poznatků do praxe, mohou žákům zprostředkovat trendy a nové poznatky z rychle se vyvíjejících odvětví, které škola nedokáže a ani nemůže efektivně sledovat. Stejně tak se mohou tito dobrovolníci uplatnit při organizování společných vzdělávacích aktivit firem a škol či dalších organizací (exkurze, stáže, studentské projekty, etc.).
- D) Dobrovolníci ve školách mohou být typologicky kteříkoliv z výše uvedených. Navíc mohou dobrovolníci působit jako asistenti pedagoga, koučové nadaných (nebo naopak zaostávajících) žáků, konzultanti odborných témat a prací, atp.



Jako typické činnosti dobrovolníků působících ve vzdělávání bychom tedy mohli vyjmenovat:

- a) vedoucí odborné práce,
- b) autor vzdělávací aktivity,
- c) organizátor vzdělávací aktivity,
- d) asistent pedagoga,
- e) konzultant,
- f) vedoucí volnočasové aktivity,
- g) odborný poradce,
- h) člen poroty,
- i) vedoucí stáže,

Pro aktivně stárnoucí nabízí dobrovolnický program ve vzdělávání tyto možnosti:

- využití znalostí a praktických zkušeností – lidé na sklonku své kariéry, kdy jsou firmami přeřazováni na jinou práci nebo odcházejí do důchodu, jsou velmi často velkým potenciálem znalostí ve svém oboru a mají praktické zkušenosti s jejich využíváním. Proč tento potenciál nevyužít k vzdělávání dětí a mládeže, kteří mají o tento obor zájem?
- možnost udržení sociálního statutu – ztráta zaměstnání nebo přeřazení na jinou méně náročnou práci je pro mnoho lidí traumatizující. Udržení se v psychické kondici pod palbou otázek zvidavých žáků a jejich vděčnost za čas jim věnovaný je faktorem, který může tyto dopady zmírnit či přetavit v novou motivaci.
- prodloužení aktivního věku – vzdělávací činnost v bezpečném a motivujícím prostředí má šanci stát se pro obě strany příležitostí k aktivní činnosti.
- propojení generací a předávání životních zkušeností – výše popsaná situace je také příležitostí k navazování mezigeneračních kontaktů a rozvíjení osobností mladých lidí nejen po odborné stránce. Taková činnost se také často vrací v podobě entuziasmu dětí a jejich ochotné asistenci při obsluze novinek z oblastí IT apod.

Jako příklad dobré praxe bych rád uvedl docenta Havránka, který je ve věku přes 70 let odborným poradcem kurzu „Na fyziku“ v týmu projektu Talnet. Jeho osobní angažovanost pro výchovu nových mladých fyziků jde daleko za hranice honorované činnosti, a to i v oblastech, kterou lze stěží ocenit. Tou je například působení jakéhosi moderátora a iniciátora aktivit pro přípravu soutěžících na mezinárodní kolo „Turnaje mladých fyziků“. S využitím infrastruktury Talnetu na jeho letním soustředění zorganizoval setkání soutěžících, odborných garantů a VŠ pedagogů z různých fakult, kteří svoji odbornou kapacitu věnovali přípravě soutěžících.

Dobrovolnický program, který připravuje Talentcentrum NIDM počítá se zapojením takových lidí, o kterých již nyní máme zprávy, že se ve svém volném čase dětem a mládeži věnují či chtějí věnovat. První setkání organizací, které by se do něj chtěly zapojit, proběhne 9.10.2012 v Praze. Věříme, že v průběhu roku 2013 dojde k pilotování prvních dobrovolnických aktivit.





DOBROVOLNICTVÍ JAKO CESTA K UDRŽENÍ DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ A AKTIVITY

Mgr. et Bc. Monika Válková, poradkyně ministra

(Ministerstvo práce a sociálních věcí, Praha)

e-mail: Monika.Valkova@mpsv.cz



Kvalitu života u seniorů ovlivňuje míra soběstačnosti, která omezuje fyzickou a psychickou autonomii člověka a může vést až k bezmocnosti vyžadující soustavnou pomoc druhého člověka. Stárnutí populace bude probíhat v společnosti velmi rychlým tempem. Dle zpracovaných demografických údajů Českého statistického úřadu bude žít v roce 2050 asi půl milionů občanů ve věku 85 a více. Tento jev je způsoben rozvojem moderních technologií v medicíně a farmaceutického průmyslu, který bude zvyšovat i naději na dožití se delšího průměrného věku. V roce 2050 se naděje na dožití zvýší u žen ze současných 79,7 let na 84,5 let a u mužů ze současných 73,4 let na 78,9 let (Kuchařová, 1997). Pro stárnoucího člověka je dalším velkým problémem osamělost, které ho ovlivňuje v jeho dalším životě. Osamělost je více vnímána u seniorů, kteří mohou mít handicap spojený se sníženou pohyblivostí, jež je omezuje v získávání nových sociálních kontaktů a kteří žijí bez partnera.

Dle výzkumu „Život ve stáří“ bylo zjištěno, že se často se cítí osaměle téměř 12% a někdy 33% osob ve věku nad 60 let. Naopak vůbec se necítí být osamělými 27% seniorů. Míru osamělosti samozřejmě nejvíce ovlivňuje rodinný stav a s tím související forma rodinného soužití. V jednočlenných domácnostech pociťují osamělost alespoň občas tři čtvrtiny seniorů, z toho jedna čtvrtina často, nejhůře pociťují osamělost ovdovělí. Naproti tomu ti, kdo mají partnera, trvalé osamění neznají a jen jedna pětina pociťuje osamělost občas. Podíl často se cítících osaměle je mezi ženami oproti mužům dvojnásobný. Závěr výzkumu ukázal, že věk sám o sobě není důležitým ukazatelem, ani přítomnost nemoci, ale stupeň nějakého specifického omezení v denních aktivitách (Kuchařová, 2002). Ke zvýšení kvality života ve stáří musíme podporovat jejich velký potenciál, který se může rozvíjet i ve stáří a tím podpoříme jejich nezávislost, důstojnost a aktivní život i ve stáří. Pokud se ve společnosti podaří uplatnit nový pohled na





„aktivní stáří“, podpoří se tím i potřeba bezpečí a jistoty u seniorů, neboť tato potřeba ve stáří velmi intenzivně vnímaná. Tato potřeba umožňuje člověku orientaci ve společnosti, při získávání informací, potřeba být zdravý a spokojený. Při splnění potřeby jistoty a bezpečí se může člověk dále v životě seberealizovat a uplatnit ve společnosti jako plnohodnotný člen společnosti (Melanová, 1989), s. 8-9).

Další důležitou potřebou je potřeba seberealizace, která vstupuje do popředí zejména po odchodu do penze. Člověk ztrácí svoje zaběhnuté stereotypy, které byly spojeny s povinností chodit do zaměstnání. Ztrácí nejen svou společenskou roli, ale může také ztratit kontakty a přátelství, které udržoval v zaměstnání. Ztráta této potřeby může vést k osamělosti a sociální okluzi. Odchodem do důchodu člověk ztrácí v podstatě nedobrovolně tyto pracovní kontakty a může se tedy cítit osamělý. Každý člověk má bez ohledu na věk potřebu sdílet s ostatními společné zážitky. Uvědomování si této potřeby velmi záleží na povaze člověka, extrovertní typ člověka, pokud nemá zdravotní problémy si najde způsob seberealizace. Naproti tomu introvertnímu typu zpočátku samota nevádí, ale pokud se objeví zdravotní problémy, mohou se objevit problémy, pokud bude závislý na jiném člověku a pomoci. Druhý rozměr této potřeby může být chápán v pozitivním smyslu, neboť může být spojen s koníčky, které nemohl člověk vykonávat v období aktivní činnosti. K tomuto tématu uvedu úryvek z knihy, která vypovídá o potřebě společenských kontaktů. Paní MN, 68 let říká že: „Dívám se na to ze svého úhlu pohledu, tj. z pohledu vdovy vyššího věku... dochází ke značnému omezení společenského života. Bojíme se jít večer za kulturou i na návštěvu, protože se musíme vracet samy... Počet přítelkyň se redukuje. Buď mají manžela, nebo hlídají vnoučata, nebo se odstěhují na chalupu a to je konec kontaktů. Nové vztahy se ve vyšším věku navazují hůře než dřív. Ve vyšším věku už se člověk hůře přizpůsobuje a každý má svoje zvyky, rituály“ (Tošnerová, 2009, s. 115).

V roce 2010 jsem uskutečnila kvantitativní výzkum v centrech sociálních služeb a zaměřila jsem se na potřebu jistoty a bezpečí u aktivních seniorů. Uvedu pouze dva příklady, kdy ze 138 respondentů (119 žen, 19 mužů, věkový průměr 86 let) odpovědělo, že senioři jsou na okraji zájmů společnosti – 70 kladných odpovědí a cítí se být opuštěni – 85 kladných odpovědí.

Dobrovolnictví je jednou z cest jak si může senior udržet svou aktivitu a zachování si duševního zdraví. Najde nejenom seberealizaci, ale také naváže jiné kontakty s lidmi a bude se cítit potřebný ve společnosti. Věřím, že lidská vlastnost pomáhat druhým nesoběstačným lidem má nejen morální, ale i etický rozměr ve společnosti, která se spíše zaměřuje na „kult mládí“.

Zdroje a literatura

- KUCHAŘOVÁ, V. a kol: Život ve stáří Praha, VÚPSV MPSV, 2002 (empirický výzkum);
KUCHAŘOVÁ, V. K problematice péče o starší generaci. In: Česká společnost a senioři.
Texty celostátní konference konané 16 -17. října v Brně 1997;
MELANOVÁ, A. Psychologie a ošetřovatelství, UK, Praha 1989;





SEZNÁMENÍ S „NÁRODNÍ STRATEGIÍ PODPORUJÍCÍ POZITIVNÍ STÁRNUTÍ PRO OBDOBÍ LET 2013 AŽ 2017“

PhDr. Jiří Tošner, statutární zástupce a projektový manažer
(HESTIA - Národní dobrovolnické centrum Praha)
e-mail: jiri.tosner@hest.cz



Kolika se dožíváme let?

Od první poloviny padesátých let 18. století, kdy byl – díky iniciativě osobního lékaře Marie Terezie Gerharda van Swieten – v některých zemích mocnářství přijat Generální zdravotní řád, který se pak roku 1770 změnil ve zdravotní řád všeobecně platný (a který – mimochodem řečeno – platil bezmála sto dvacet let), se začaly postupně měnit demografické charakteristiky obyvatelstva, a spolu s tím i vnímání a sociální postavení stáří. (Miloš Havelka, O aktualitě stáří. IN: Vetché stáří nebo zralý věk moudrosti? Sborník příspěvků z 28. ročníku symposia k problematice 19. století, Plzeň, 28.2. – 1.3. 2008, ACADEMIA, Praha 2009).

Jestliže odhadujeme, že se v polovině 18. století lidé žijící v českých zemích dožívali v průměru 25 – 28 let, pak v polovině 19. století to bylo již více než 30 let, na počátku 20. století 40 let a na konci 20. století je to 73 let. Na prodloužení délky lidského života působilo několik faktorů, které se vzájemně doplňovaly a podmiňovaly. Byly to: změna epidemiologické situace, zlepšení vyživovací situace větší části obyvatelstva a komunální hygieny, zlepšení zdravotnictví a rozvoj přírodních věd, jednoho z hlavních předpokladů moderní lékařské vědy a hromadné výroby léků (Ludmila Fialová, Století demografické statistiky, In: Dějiny obyvatelstva českých zemí, Praha 1996, s.133–193)





Jak dnes určujeme věk?

- 45 – 64 let střední věk,
- 65 – 74 let vyšší věk nebo též rané stáří,
- 75 – 89 let stáří, seniorský věk,
- 90 let a více – vysoké stáří, dlouhověkost,

(Zdroj: Světová zdravotnická organizace – WHO, 2011)

Národní program přípravy na stárnutí na období let 2013 až 2017

Ke dni 31.12.2012 končí účinnost Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 (dále jen „Program“). Pro přípravu nového strategického dokumentu vlády, který naváže na předchozí Program, byl zvolen komunitní přístup, tj. do jeho tvorby jsou aktivně zapojeni zástupci neziskových organizací, podnikatelských subjektů, místních a krajských samospráv, dalších ministerstev, sociální partneři i odborníci z akademické sféry.

Z těchto představitelů byla vytvořena koordinační skupina Evropského roku 2012 (Partneři EY 2012), která na základě společného konsenzu identifikovala následující priority Strategie:

- Celoživotní učení
- Zaměstnávání starších osob a seniorů
- Dobrovolnictví seniorů
- Mezigenerační dialog
- Kvalitní prostředí pro život seniorů
- Zdravé stárnutí
- Péče o seniory
- Lidská práva seniorů

Na základě těchto priorit byly vytvořeny tematické skupiny složené ze zainteresovaných členů koordinační skupiny, kteří diskutovali současné nedostatky v rámci každé priority a navrhovali cíle a opatření, které by v nové strategii neměly být opomenuty. V návaznosti na výstupy z tematických skupin byla zpracována první verze Strategie, která bude dále diskutována se všemi členy koordinační skupiny na společném setkání a rovněž s Patrony EY 2012 za účelem identifikace průřezových témat a oblastí, které budou také součástí dokumentu. Aktuální verze Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2013 až 2017 je ke stažení na webu MPSV: <http://www.mpsv.cz/cs/12968>.





V úvodu této nové strategie je psáno:

„Lidé se dožívají vyššího věku. Prodlužující se délka lidského života je výsledkem zvyšování kvality lidského života a životní úrovně a zlepšování zdravotního stavu populace. K dosažení tohoto stavu naše společnost směřuje. Dožívání se vyššího věku je komplexní proces, který se promítá jak do života jednotlivých seniorů, tak do celé společnosti a zahrnuje mnoho vztahů i oblastí života. Seniorský věk se vlivem prodlužování délky života stává významnější fází lidského života. Celoživotní moudrost a zkušenosti, know-how i vysoká odbornost tak zvyšují potenciál naší společnosti stát se konkurenceschopnější a uspět tak v globalizovaném světě. Abychom potenciál rostoucího počtu starších občanů využili i v co největší míře, musíme se zaměřit na dvě základní oblasti – zdraví a celoživotní učení. Od nich se odvíjí zajištění účasti na trhu práce, umožnění stárnout aktivitě skrze příspěvní k rozvoji občanské společnosti formou dobrovolnictví či v rámci rodiny a rovněž podpořením mezigeneračního dialogu.

Být aktivní lze pouze v případě uspokojení důležitých životních potřeb a zajištění kvalitního prostředí. S rostoucím objemem seniorů vznikají různé kategorie seniorů. Nemůžeme předpokládat, že všichni mohou být aktivní, účastnit se na trhu práce či přispívat v rámci občanské společnosti či rodiny. Zajištění důstojné a odpovídající péče proto patří k povinností každé společnosti. Úroveň vyspělosti dané země by se měla odrazit i v určitém stupni kvality života ve stáří.

Lidská práva seniorů a hodnoty ve společnosti jsou proto výchozím rámcem celé Národní strategie podporujícího pozitivního stárnutí pro období let 2013 až 2017, která by měla vést ke zvýšení kvality života všech generací.“

V dalším textu návrhu Národního programu, v prioritě „Dobrovolnictví a mezigenerační spolupráce“ jsou stanoveny následující cíle:

- Zvýšení mediální úrovně veřejnoprávních prostředků s ohledem na profesionalitu, osobní zodpovědnost a serióznost. Vytvořit mediální prostor pro informování veřejnosti o potenciálu starších občanů a přínosech seniorů pro společnost.
- Zvyšovat úctu ke stáří, dialog a spolupráci mezi studenty a seniory na základních a středních školách.
- Rozvíjet podmínky pro mezigenerační setkávání a spolupráci. Podpořit rozvoj multigeneračních center poskytujících zázemí pro setkávání napříč věkovými a sociálními skupinami, které zprostředkovávají vzdělávací a zájmové aktivity, sociální a zdravotní služby, apod.
- Rozvoj dobrovolnictví skrze schválení nového zákona o dobrovolnické službě a podporu dobrovolných činností, včetně definování a uzákonění benefity pro dobrovolníky.

Je potěšitelné, že většina těchto či velmi podobných témat zazněla na naší Soběslavské konferenci, proto se nebojme o nich hovořit a prosazovat je i nadále.

Závěr:

„Je prokázáno, že aktivní lidé žijí déle + dobrovolníci jsou aktivní lidé = dobrovolníci žijí déle.“ (Jiří Tošner)





DOPROVODNÝ PROGRAM KONFERENCE

(18. září 2012 odpoledne)

Zájemci se mohli zúčastnit prohlídky chráněné dílny Diakonie ČCE – střediska Rolnička a speciální školy Diakonie ČCE Rolnička.



V průběhu konference byla prezentována na panelech tato témata:

Kurzy tréninku paměti pro seniory na ZSF JU – zkušenosti dobrovolnic - trenérek paměti a seniorů

Zdravotně sociální fakulta, katedra sociální práce, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Poster byl zaměřen na kurzy tréninku paměti pro seniory organizované ZSF JU. Uvedeny byly praktické zkušenosti s realizací zmíněných kurzů, zkušenosti ze strany účastníků - seniorů a trenérek paměti - dobrovolnic z řad studentek ZSF JU. Nedílnou součástí posteru byla fotodokumentace.





Dobrovolnické centrum Krajské nemocnice Liberec, a. s.

Krajská nemocnice Liberec, a. s.

Poster byl určen především zájemcům o dobrovolnictví v nemocnici. Stručně a přehledně charakterizoval dobrovolnické centrum a jeho aktivity. V textové části seznámila s vytyčenými cíli, možnostmi dobrovolnického působení v nemocnici a nároky kladenými na dobrovolníky. Obrazová část představovala některé zdařilé akce.

Program 3G – spojuje tři generace a pomáhá

HESTIA – Národní dobrovolnické centrum, o. s., Praha

Poster seznámil s programem pro dobrovolníky 50+, kteří se podobně jako v programu „Pět P“ věnují jednomu dítěti jedno odpoledne v týdnu, mohou se zapojit nejen do volnočasových aktivit, ale i do doučování, doprovodu na kroužky apod.

Seniorské mezinárodní dobrovolnictví – účastníci projektu Nové horizonty

Hodina H, o.s., Pelhřimov

Seniorští dobrovolníci zde osobně předávali své zkušenosti a zážitky během konference u informačního stolečku, včetně prezentací, videí, fotografií a dalších výstupů.

V průběhu konání konference se po Soběslavi pohyboval DobroBus, který informoval studenty základních a středních škol o dobrovolnictví.





Videa a písničky prezentované během konference:

Edita Štaubrtová – Babičko, nauč mě charleston (1961):

http://www.youtube.com/watch?v=_le9isimZLg

Kamila Moučková & Richard Pachman – Modlitba ve stáří HD:

<http://www.youtube.com/watch?v=YWZLmbL1DP8>

The Beatles When I'm 64:

<http://www.oonly.com/download/the-beatles-whem-im-sixty-four-video-1.html>

Zdeněk Svěrák, Hymna sklerotiků:

<http://www.karaokearty.cz/texty-pisni/sverak-zdenek/hymna-sklerotiku-341446>

Stáří nám může dát víc – aukce senior

<http://ulozto.cz/xWVJ7Sh/diakonie-aukce-senior-mp4>

Soběslav tahá za jeden provaz

<http://www.ulozto.cz/12919114/komunita-sobeslav-wmv>

Dobrovolnický program DOHROMADY

<HTTP://ULOZTO.CZ/XH8WTMG/DOBROVOLNICKY-PROGRAM-DOHROMADY-AVI>

Fotografie z konference si můžete stáhnout na:

<http://ulozto.cz/x9SAch1/sobeslav-2012-fotky-zip>





Souhrn odpovědí účastníků konference z evaluačního dotazníku

Organizace konference byla:

- bezchybná	27 odpovědí	84%
- dalo by se vytknout (uveďte v další otázce)	5 odpovědí	16%
- katastrofální	0 odpovědí	0%

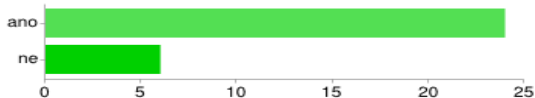
Co kazilo dobrý dojem z konference?

- že sem tam nebyl;
- zima v sále první den;
- mezi příspěvky mohly být krátké pauzy;
- lepší možnosti ubytování a stravování (mimo dobrý catering na místě samém);
- byla jsem spokojená, nenašla jsem nic špatného, naopak ...

Máte zájem zúčastnit se konference o dobrovolnictví i příští rok?

- ano	28 odpovědí	88%
- ne	0 odpovědí	0%
- nevím	4 odpovědi	13%

Měla by se konference podle vás opět konat v Soběslavi?



Jaké téma byste uvítali pro příští konferenci?

- zkušenosti práce s dobrovolníky - získávání, školení, supervize;
- punk a dobrovolnictví, nové trendy v dobrovolnictví;
- dobrovolníci v nemocnici a zvýšení kvality poskytované péče;
- odměňování dobrovolníků;

Jakou otázku (týkající se dobrovolnictví) byste položili současným prezidentským kandidátům?

- Pracoval jste někdy jako dobrovolník?
- Nechcete se dobrovolně vzdát své kandidatury?
- Šel byste dělat dobrovolníka do domova pro seniory?
- Definujte dobrovolníka
- Co Vám říká pojem dobrovolnictví?

Další připomínky, nápady, vzkazy pro organizátory:

- Společenský večer udělat hned první den, nemohla jsem tak dlouho čekat.
- Chtělo by to, aby jednotlivé příspěvky byly více rozmanité a ucelenější.
- Jen tak dál :-)
- Více ovoce.
- Děkuji za vaši skvělou práci :-)





PODĚKOVÁNÍ

Konference o dobrovolnictví byla dlouhá léta doménou krásného historického města Kroměříže. Když jsme přemýšleli o tom, jestli jsme schopni udržet vysoko nastavenou laťku i v Soběslavi, hledali jsme naše silné stránky, které by nás v tom podpořily. Protože naše město není nijak veliké ani neoplývá výraznými historickými, ani přírodními zajímavostmi, řekli jsme si, že nejdůležitější bude ochota lidí si navzájem pomáhat a podnikat věci společně. A jsme moc rádi, že máme Soběslavi plno lidí, kteří nám tuto myšlenku potvrdili svým osobním nasazením.

Poděkování proto patří všem, kteří se na přípravě a organizaci konference podíleli:

- městu Soběslav, zaměstnancům kulturního domu a společenského centra Soběslavska, kteří nám ochotně dva dny pomáhali a vyčkali až do úplného konce;
- kolegům z Rolničky, kteří pomohli s přípravou a průběhem konference, dobrovolníkům ze soběslavského gymnázia, kteří pomáhali s technikou, občerstvením a úklidem;
- dobrovolnicím z klubu dobrovolníků v knihovně, žákům praktické školy a především čajovně-kavárně Rolnička, kteří připravili občerstvení;

Poděkování patří za poskytnutí záštity také Dr. Ing. Jaromíru Drábkovi, ministru práce a sociálních věcí.

Do příprav se zapojily i místní firmy, které konferenci podpořily finančně nebo dodáním potřebného materiálu: FONTEA a.s., Ambrozia s.r.o., TH KAFFEE s.r.o.



Děkujeme a těšíme se na další ročníky. Vaše Rolnička

Konferenci podpořila Hasičská vzájemná pojišťovna, a.s.













