



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

ZPRÁVA Z ŠETŘENÍ POTŘEB SENIORŮ NA POSTŘEKOVSKU

Zpracovatel: Centrum pro komunitní práci západní Čechy

Americká 29

301 38 Plzeň



Plzeň 2019

Obsah

1. Úvod – kontext a cíle realizovaného šetření.....	1
2. Popis realizovaného šetření.....	1
3. Hlavní zjištění	2
3.1. Život v obci.....	2
3.2. Bariéry a doprava	2
3.3. Informace pro seniory	3
3.4. Aktivity.....	3
3.5. Sociální služby a výhled do budoucna.....	4
4. Závěry.....	5
5. Doporučení.....	6

1. Úvod – kontext a cíle realizovaného šetření

Senioři jsou jednou z potenciálně ohrožených skupin v přístupu k účasti na životě společnosti z důvodu několika různých negativních faktorů – horšího zdravotního stavu, nižších příjmů, nižší soběstačnosti a s tím související horší dopravní dostupnosti a mobility a další. Seniorský věk se prodlužováním délky života stává významnou fází lidského života.¹ Snaha zmírňovat ohrožení této skupiny by měla být programovou součástí působení řady veřejných aktérů – samospráv, státu, krajských úřadů, neziskových organizací atd.

Krátké šetření zaměřené na potřeby seniorů na Postřekovsku proběhlo v rámci projektu „Rozvoj komunitního plánování sociálních služeb na Domažlicku“, který probíhá v SO ORP Domažlice od ledna 2018 do prosince 2019. Plánování sociálních služeb realizuje Centrum pro komunitní práci západní Čechy za partnerské spolupráce města Domažlice a jeho cílem je naplánovat rozvoj sociálních a souvisejících služeb pro domažlický region tak, aby odpovídaly potřebám místních občanů. V této souvislosti jsou v průběhu procesu plánování sociálních služeb realizována šetření zaměřená na potřeby jednotlivých skupin občanů nacházejících se v sociálně nepříznivých situacích či těmito situacemi ohroženými.

Ve spolupráci s obcí Postřekov a okolními obcemi (Díly, Pařezov a Nový Kramolín) proběhlo šetření potřeb seniorů žijících v těchto obcích. Poptávka po šetření vzešla od obce Postřekov, jejímž požadavkem bylo zmapovat, jak se v obcích žije seniorům (lidem starším 65 let), s jakými problémy se potýkají a co by jim v jejich řešení pomohlo, potažmo jaké sociální služby jim chybí a rádi by je využívali.

Cílovou skupinou průzkumu byli lidé starší 65 let žijící v obcích Postřekov, Díly, Pařezov a Nový Kramolín. V rámci průzkumu proběhly tři skupinové rozhovory v Postřekově, které se uskutečnily 25. 4., 14. 5. a 23. 5. 2019. Závěrečná zpráva je doplněna také o informace z krátkých rozhovorů se starosty obcí zapojených do průzkumu, které proběhly od března do května 2019.

Cílem celého šetření bylo zjistit:

- jak se žije seniorům (občanům starším 65 let) v obcích Postřekov, Díly, Pařezov a Nový Kramolín,
- s jakými problémy se v každodenním životě potýkají,
- co jim při řešení těchto situací a problémů pomáhá či by pomohlo.

A na základě těchto zjištění definovat jednotlivá doporučení a aktivity vedoucí k řešení zjištěných problémů.

2. Popis realizovaného šetření

Oslovení zájemců o účast na skupinových rozhovorech probíhalo ve spolupráci s výše uvedenými obcemi. Polostrukturovaných skupinových rozhovorů se zúčastnilo celkem 10 respondentů z Postřekova, z okolních obcí se nezúčastnil nikdo². Mezi respondenty bylo 7 žen a 3 muži, všichni žijící v rodinném domě, 7 respondentů žije s manželem/manželkou či dětmi, 3 respondenti žijí zcela sami. Průměrný věk respondentů byl 74 let (nejmladšímu

¹ Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 - 2017, s. 30, dostupný on-line: https://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada__Akncni_plan_staruti_.pdf

² Z toho důvodu lze závěry šetření vztáhnout výhradně na obec Postřekov.

respondentovi je 63 a nejstaršímu 86 let). Rozhovory byly zaměřeny na život v obci v různých oblastech (doprava, lékaři, bezpečnost atd.) a na sociální služby, jejich využívání, znalost, informovanost, případně představu o budoucím životě a využívání služeb. Polostrukturované rozhovory se starosty obcí byly zaměřeny na problémy v sociální oblasti, které aktuálně v obci řeší.

3. Hlavní zjištění

Respondenti vyjádřili spokojenost s životem v obci ve všech oblastech, jako jsou aktivity obce, bezpečnost, životní prostředí atd. Většina níže uvedených problémů se týká spíše výhledů respondentů do budoucna – z čeho mají obavy nebo čím se cítí v budoucnu ohroženi v případě nižší soběstačnosti, zhoršení zdravotního stavu a co vnímají jako možnou pomoc v těchto situacích. Celá zpráva by z toho důvodu měla sloužit jako návod, nad kterými problémy seniorů se zamýšlet (případně jakým způsobem) a brát je na zřetel.

3.1. Život v obci

Respondenti v první řadě uvedli, že by aktuálně uvítali v obci „kavárničku“, kde by se mohly scházet ženy, popovídat si atd. Podle informací jedna z obyvatelek obce něco jako kavárnu připravuje, po předchozí domluvě může uvařit kávu a připravit zákusky či občerstvení pro návštěvníky. V minulosti bylo možné chodit na kávu do „Špilarky“, ale v současné době se jedná o pivnici, kam chodí výhradně muži a ženám tak chybí exkluzivní místo, kde by se mohly setkávat. Možnost čas od času jít do kavárny by ale ocenili i muži.

„Tady uživit kavárnu asi nejde, ale jednou za měsíc by to možná bylo fajn. Bylo by to více o setkání, popovídali bychom si...“ (výňatek ze skupinového rozhovoru)

3.2. Bariéry a doprava

Hodně zmiňovaným tématem byly stavební a dopravní bariéry na Postřekovsku. Jako velký problém vnímají respondenti bariérový přístup k lékaři v Klenčí pod Čerchovem, za kterým většina z nich dojíždí. Do ordinace vedou schody, které jsou pro některé nepřekonatelné. *„Byl sem svědkem asi měsíc nebo dva zpátky, jak vlekly sestřičky o holích pacienta nahoru“* (výňatek ze skupinového rozhovoru). Nikdo z respondentů nemá v současné době úplný problém jakékoliv bariéry překonávat, jeden respondent uvedl, že mu schody nedělají problém, pokud je u nich zábradlí, ale vnímají, že se jejich soběstačnost a zdravotní stav mohou zhoršit natolik, že budou potřebovat pomoc ostatních, případně pro ně budou bariéry zcela nepřekonatelné. V Postřekově je bariérových míst více, ale nikdo z respondentů to v současné době příliš neřeší, právě proto, že je zatím zvládají překonávat.

O něco větší problém je dopravní spojení do větších a vzdálenějších měst, například do Domažlic. Spojení z Postřekova je dobré, ale problematická bývá zejména cesta zpět. Pokud jede senior brzy ráno do Domažlic k lékaři, tak tam musí čekat dlouhou dobu na spojení zpět do Postřekova. Zpravidla nemá moc možností kde přečkat a pokud je méně pohyblivý, je to pro něj velká zátěž. *„Kdo není nemohoucí, tak je doprava dobrá, i do Klenčí pod Čerchovem k doktorovi, jenže doktor tam nemá všechno, specializovaní doktoři jsou v Domažlicích, nebo musíme i do Klatov, nebo mají plno a musí se třeba i do Plzně, třeba zubní pohotovost“* (výňatek ze skupinového rozhovoru). Z respondentů řídí auto pouze muži a výjimečně jedna žena, všechny ostatní ženy jsou odkázány na své manžely a lidi, kteří žijí sami, jsou odkázání na pomoc rodiny, ta ale není vždy dostupná. *„Když je někdo špatně pohyblivý, tak se tam*

nedostane. Já mám sama někdy problém, neřkuli 80 letý lidi“ (výňatek ze skupinového rozhovoru). Respondenti by uvítali možnost využít služeb „sociálního auta“ nebo „taxíků“, které by seniory dovezly například právě k lékaři do vzdálenějších měst a zase by je hned odvezly zpět do Postřekova, bez nutnosti zdlouhavého čekání na zpáteční spoj.

„Zubní pohotovost o víkendu je v Plzni. Dokud je člověk mobilní, tak to není problém. Já jsem si myslela, že když má člověk horečku a problém, tak by to chtělo, aby doktor jezdil domu. Žádný doktor nejezdí, ale bylo to dobrý. Přímou do Postřekova nejezdí žádný lékař, jezdí jen sanitka.“ (výňatek ze skupinového rozhovoru)

3.3. Informace pro seniory

Obecně jsou senioři dobře informovaní o dění v Postřekově, čtou obecní zpravodaj, kde jsou informace dobře dostupné, výborně funguje také obecní rozhlas či vývěska atd. Někteří senioři se snaží držet krok s dobou a využívat nové technologie, jako jsou chytré telefony či chytré televize atd. Často ale nemají představu, jak přesně různá zařízení využívat a potřebovali by s tím poradit, například formou přednášky či semináře, kde by jim někdo předal informace a naučil je využívat základní funkce (bankovníctví v telefonu, nakupování přes internet atd.). Dalším tématem, o které by měli senioři zájem, je právní problematika. *„Byl bych rád, kdybych si občas mohl sednout do kavárny, s tím souhlasím, a kdyby sem zbloudil někdo, kdo o tom (o technologiích – poznánka realizátorů) něco ví, kdo by byl schopen nás poučit. A ještě bych k tomu přidal nějaké otázky právní, jsme zdrojem vtipálků, kteří na důchodcích zbohatnou, protože jsme... neurazte se... „takový naivní“ z té dřívější doby, kdy tyhleli podvodníci nebyly tak jako dnes“ (výňatek ze skupinového rozhovoru). Právní informace by senioři uvítali také formou „poradny“ či „linky“, kam by bylo možné zavolat a informovat se o nejrůznějších tématech.*

„Bojím se chytrý telefon mít, že bych to neovládla, ale máme doma tablet a odesílám z něj e-maily, ale je to hrozný, než jsme do toho přišli, a když jsme chtěli s manželem něco objednat, tak jsme to neuměli. Jinak nějak víc do toho proniknout nechci, spíše důležité základní věci. Aby to člověk uměl s jistotou používat.“ (výňatek ze skupinového rozhovoru)

3.4. Aktivity

V obci existuje velmi široká nabídka aktivit – TJ Sokol, sbor dobrovolných hasičů, národopisný soubor, šachový klub, holubáři, fotbalový klub atd. Většina z těchto aktivit však není příliš využívána seniory. Přestože si dle respondentů každý najde aktivitu podle své chuti, popisují je spíše jako aktivity pro mladší. Veřejných akcí pořádaných obcí se účastní zpravidla stále stejní lidé. Sami by uvítali zejména možnost účastnit se výletů či návštěv divadel. *„Byly by dobré výlety, ale je to těžké, když obec něco udělá, tak se něco nenaplní“ (výňatek ze skupinového rozhovoru). Mnoho seniorů se věnuje vlastním koníčkům, rodině či práci kolem domu a na zahradě, jiní vnímají seniorský věk jako možnost konečně si naplno užít volný čas. Chuť účastnit se výletů a podobných aktivit je otázkou osobní volby, většina respondentů, kteří se jich účastnit chtějí, se přihlašují do spolků v Domažlicích, či využívají výletů s okolními obcemi. Přesto by jim vyhovovalo, pokud by na výlety mohly odjíždět přímo z Postřekova bez nutnosti dojíždět do okolních obcí. „Aktivit je hodně, musí se ale ohlížet do dalších obcí. Kdo je mobilní, pro něj to není problém“ (výňatek ze skupinového rozhovoru).*

Obec Postřekov zorganizovala pro seniory výlet autobusem, který se ale naplnil pouze z poloviny. Do určité míry by tento problém mohlo vyřešit, pokud se vytvořila skupina seniorů

kolem jednoho aktivního člověka, který by veškeré aktivity organizoval. „*Stáhla jsem si do telefonu výlety vlakem, pro důchodce jsou vlaky levné, kdyby byla parta, že bychom se jeli podívat do Mariánek nebo do Varů. Kdybychom se poznali, tak by bylo snazší, když se ale neznáme se všemi seniory tak je to těžší*“ (výňatek ze skupinového rozhovoru).

Okolní obce organizuje aktivity podobným způsobem jako Postřekov, jedna z obcí pořádala posezení pro seniory, které ale navštěvovali spíše občané okolních obcí a akce byla zrušena. Některé aktivity pro seniory tam organizuje aktivní seniorka, případně využívají aktivity Svazu postižených civilizačními chorobami Domažlice. Jiná obec využívá přednášky v rámci projektu „*Informovaný senior*“.

3.5. Sociální služby a výhled do budoucna

„*Dokud je člověk nepotřebuje, tak o nich neví, ale bylo by možná dobrý o nich trošku vědět.*“ (výňatek ze skupinového rozhovoru)

Respondenti se sociálními (či souvisejícími) službami příliš zkušeností nemají, pouze dva mají příbuzné, kteří využívali domácí zdravotní péči, a jedna respondentka uvedla, že její příbuzný využil hospic v Plzni. Někteří tvrdili, že je lepší se o tyto věci nezajímat a zbytečně se tím nezatěžovat, většina ale uvedla, že by je zajímalo, jaké služby jsou dostupné, v jakých situacích je mohou využít atd. Souvisejícím tématem jsou již zmiňované bariéry, v tomto případě konkrétně bariéry v domech respondentů. „*Já o tom taky přemýšlím, že máme doma všude schody, my jsme si to takhle udělali tenkrát, takže sem si říkala, jak to budeme řešit*“ (výňatek ze skupinového rozhovoru).

„*Pak má člověk horečku a ještě musí jít zatopit. To je právě to, co pak člověk bude dělat, až nebude moct?*“ (výňatek ze skupinového rozhovoru)

Seniorům chybí konkrétní informace k jednotlivým službám, které mohou využít, například jaký je rozdíl mezi domovem pro seniory a domovem s pečovatelskou službou (potažmo tyto názvy vůbec neznají), téměř nikdo nezná služby SOS tlačítka (tísňové péče) či o ní má jen minimální informace apod. Chybí také informace, jak a kdy podávat žádost do pobytových služeb, či jak je hradit (pouze 2 respondenti znají příspěvek na péči). Pohled na pobytové služby obecně se různí, někteří senioři je označili za „čekání na smrt“, jiní o nich mají pozitivní informace. Dle některých respondentů předává kvalitně informace o těchto službách lékař z Klenčí pod Čerchovem.

„*Oni jsou... a já teď nevím, jaký je přesně pro to výraz, jsou ty... penziony pro důchodce, ale tam je pobyt docela náročný, jako finančně dost drahý, a to by se mi třeba na stáří líbilo, aby se mi o všechno postarali, abych tam mohl být. Ale otázka, kde teda na to vzít, aby všechno dal na bydlení...*“ (výňatek ze skupinového rozhovoru)

„*V jednom časopise byl článek o rentě pro seniory, obrácený úvěr. Vy dostanete třeba milion a upíšete barák, ale... na jedné straně píšou, že to je dobrý, ale pozor, musí mít člověk k tomu právníka hlavně a tak. Protože takových podvodníků, kteří to hned využijou. Tady v Česku je jediná firma, varovali před tím. Ale to by se mi líbilo...až to nepůjde, abych měl kompletní zaopatření na úrovni, ne někde mít jednu postel a tísnit se tam... jenomže jak. Takže kdyby v tomhle směru byly nějaký možnosti ponaučení, varování, aby člověk nevlítl do nějaký pasti, to bych přivítal.*“

Někteří senioři už nezvládají bydlení zcela sami. Jedna z respondentek uvedla, že jí dělá problém skládat uhlí a připravovat dřevo na topení. Občas jí pomáhá někdo z rodiny nebo známí. Dle jejích slov je jí ale nepříjemné říkat si o pomoc. Jeden z respondentů uvedl, že by si mohli lidé pomáhat případně navzájem, ale museli by o sobě vědět.

Důležitým poznatkem z rozhovorů je fakt, že žádný z respondentů nezmínil jako možnost pomoci terénní péči, která by mu pomáhala u něj doma (např. pečovatelskou službu), potažmo o ní ani neuvažoval. Všichni respondenti uvedli, že by chtěli být co nejdéle zdraví a bydlet doma v Postřekově, rozhodně by se nechtěli stěhovat například do Domažlic. *„Chtěla bych být doma, aby tam byly nějaký děti se mnou, nějaký dítě nebo vnouček“* (výňatek ze skupinového rozhovoru).

„Nejlepší je asi, když už to jinak nejde, tak hospic, ten to řeší na konci. Postarají se o člověka, o ty poslední věci.“ (výňatek ze skupinového rozhovoru)

4. Závěry

- Spokojenost respondentů s životem v obci ve všech oblastech, jako jsou aktivity obce, bezpečnost, životní prostředí atd. je velká, senioři označili obec za „vzkvétající“. Většina níže uvedených problémů se týká spíše výhledů respondentů do budoucna – z čeho mají obavy nebo čím se cítí v budoucnu ohroženi v případě nižší soběstačnosti, zhoršení zdravotního stavu a co vnímají jako možnou pomoc v těchto situacích.
- Aktuálně by respondenti uvítali v obci „kavárničku“, kde by se mohly například jednou za měsíc scházet ženy a popovídat si. Muži se schází ve „Špilarce“, kam ženy příliš nechtějí chodit, protože se jedná o pivnici.
- Jedním z problémů v obcích jsou stavební bariéry (schody k lékaři, na úřady atd.), které sice nejsou aktuálně pro respondenty velkým problémem, ale v případě špatné pohyblivosti či zdravotního stavu seniorů by mohly být nepřekonatelné. Aktuálním problémem je dopravní obslužnost regionu, zejména veřejná doprava do větších měst. Dopravní spojení je v podstatě dobré, ale pro seniory je náročné dlouze čekat na spoje jedoucí zpět do Postřekova. I přesto, že hodně seniorů jezdí autem, většinou řídí jen muži a lidé žijící sami jsou odkázáni na pomoc rodiny, která nemusí být vždy dostupná.
- Informovanost o dění v obci je dobrá, informace jsou snadno dostupné. Senioři by ale uvítali možnost vzdělávat se v základech využívání nových technologií a v právní oblasti, případně by využili možnost obrátit se na právní poradnu či telefonní linku, kde by mohli získat potřebné informace.
- Nabídka aktivit v obci je široká, přesto je většina aktivit seniory vnímána jako „pro mladší“ a příliš se jich neúčastní. Nejvíce by senioři uvítali možnost jezdit na výlety či do divadla. Obec se pokusila zrealizovat zájezd, ale naplnila pouze polovinu autobusu. Problém s malou účastí na výletech, kdy se naplní například jen polovina autobusu, je v menších obcích poměrně častý. Senioři se často účastní akcí a výletů pořádaných spolky v Domažlicích či okolními obcemi. Dle slov respondentů by organizování výletů pomohlo, pokud by se našel aktivní senior, který by akce organizoval. Zároveň by pomohlo, pokud by se senioři v obci vzájemně více znali.

- Se sociálními či souvisejícími službami respondenti zkušenosti spíše nemají, pouze dva mají příbuzné, kteří využívali domácí zdravotní péči, a jedna respondentka uvedla, že její příbuzný využil hospic v Plzni. Dokud žádnou ze služeb senioři nepotřebují, tak se o tuto problematiku sami nezajímají, na druhou stranu by informace o sociálních službách rádi získali – jaké služby existují, co nabízí, jak je platit, kdy podávat žádosti atd.
- Všichni z respondentů bydlí v rodinném domě (sami, s rodinou či manželem/manželkou), někteří z nich začínají mít problémy zvládat péči o dům, například skládat uhlí, připravovat dřevo na topení atd.), respondentka navíc uvedla, že si nerada říká o pomoc. Ani jeden z respondentů neuvažoval o možnostech využití terénních služeb, které by jim poskytovaly služby u nich doma, automaticky uvažovali o využití pobytových služeb v případě, že péče o dům či vlastní osobu bude neúnosná.

5. Doporučení

- ✓ Podpořit vytvoření místa pro setkávání žen, například formou poskytnutí prostoru či podpory vznikající „kavárničky“. Dále mapovat zájem o prostor k setkávání seniorů, který by mohl podpořit provázání seniorů v obci (potažmo seniorů z okolních obcí), případně by bylo možné na něj navázat přednášky či výlety.
- ✓ Podpořit vzájemnou sousedskou výpomoc seniorů v obci (případně v okolních obcích). Inspirací může být projekt SOUSEDÉ Plus (<http://www.sousede-plus.cz/projekt>), v rámci kterého jsou tvořeny „spolky“ dobrovolníků, kteří si vzájemně pomáhají s různými činnostmi v různých oblastech.
- ✓ Mapovat případně odstraňovat stavebních bariéry v obci (ve spolupráci s obyvateli obce).
- ✓ Zvážit možnost zřízení auta pro seniory, které by mohlo občany vozit do větších měst například k lékařům. Projednat možnost využití auta pro seniory a jeho zajištění ve spolupráci s okolními obcemi.
- ✓ Zrealizovat informační seminář o využívání moderních technologií a o právní problematice pro seniory (například v rámci projektu „Informovaný senior“ či „Bezpečný senior“). Případně informovat seniory prostřednictvím obecního zpravodaje, úřední desky či obecního rozhlasu.
- ✓ Zvážit propojení nabízených aktivit pro seniory (výletů či zájezdů) s okolními obcemi, aby se zajistila dostatečná účast. Vytvořit jedno místo (například na zadní straně obecního zpravodaje), kde by se mohly shromažďovat informace o akcích konaných v celém regionu Postřekovska.
- ✓ Informovat seniory o sociálních službách – jaké druhy sociálních služeb existují, kdy je mohou občané využít, jak je platit, kdy podávat žádosti o služby – nejlépe formou série prezentací jednotlivých služeb, případně pravidelným okénkem (článkem) v obecním zpravodaji. Dále je možné vyvěsit pro seniory seznam s kontakty na jednotlivé služby, vč. poraden či telefonních linek (na úřední vývěsce, webové stránce obce či ve zpravodaji).