
Nemám čas, jsem v důchodu

Nemám čas, jsem v důchodu



19.5.2008, autor: Radka Smejkalová

Čeští senioři přicházejí životu na chuť, často jim pomáhá technika

Pracují, studují, učí se cizí jazyky, jezdí na zahraniční dovolené. Kdo? Před dvaceti lety babičky Boženy Němcové, nyní novodobí 60+.

Maminka brblá, že na ni nemám čas, děti taky žehrají, směje se devětapadesátiletá Blanka Lormanová ve své kanceláři, ozdobené fotografiemi vnoučat. „Hrozně bych se o ně chtěla starat, ale jsem furt v luftě,“ vysvětluje energií a optimismem překypující žena, kterou otázka, zda už je v důchodu, upřímně zarazí. „Já vlastně ani nevím. Nemám čas o tom přemýšlet!“

Seniorů v jejím věku a starších žije v České republice přes dva miliony tři sta tisíc. V porovnání s generacemi před nimi jsou zdravější, dožívají se vyššího věku a stáří si hodlají více užívat. Roste i počet těch, kteří se na odchod do penze necítí – podle statistik stoupl počet pracujících důchodců oproti roku 2000 téměř o polovinu. Celosvětový výzkum AXA Retirement Scope 2008 dokonce řadí české seniory na světovou špičku v zaměstnanosti hned vedle Japonců – téměř tři čtvrtiny pracujících Čechů si podle něj chtějí udržet placené zaměstnání i v důchodu, v současnosti si prý přivydělává každý pátý důchodce, ve velkoměstech dokonce každý třetí.

Dům Portus

„Na konci osmdesátých let jsem dělal reportáž pod názvem Čekání na smrt z dnes už zrušeného domova důchodců v pražské Josefské ulici. Byl pro mě šok, jak tam byl člověk redukován na provozní funkce – senioři leželi v postelích na hromadných pokojích, ačkoli nebyli nemocní, panoval tam kasárenský režim, na vycházky se chodilo jenom na povolenku,“ vzpomíná Jan Lorman. Kousek dále se u Karlova mostu ze zájezdního autobusu klubali různolící němečtí senioři téhož věku, lační po nových zážitcích.

Zaklínadlem pro spokojené a naplněné stáří je podle Lormana heslo „aktivizace“. V pražském Domě Portus občanského sdružení Život 90, které s manželkou založili v polovině 90. let, se to dnes různolícími českými seniory jenom hemží. Blok staroměstských domů v těsné blízkosti Karlova mostu, kde se dříve v zájezdním hostinci přepřahali koně do Vídně, navštěvuje každoročně více než devadesát tisíc lidí důchodového věku.

Účastní se jazykových, výtvarných či počítačových kursů, posedí v místní kavárně nebo restauraci, vydávají sborníky ze vzpomínkových večerů, hrají šachy. Funguje tu pěvecký sbor, smyčkový kvartet, seniorské divadlo, bazar. Deset lůžek v respitní části Domu Portus navíc umožňuje až tříměsíční přechodný pobyt těm seniorům, kteří potřebují využít služeb místní rehabilitační péče nebo o něž je tu postaráno po dobu, kdy jejich rodina třeba odjíždí na dovolenou. Toto největší středisko služeb pro seniory v republice, kde nedávno natáčel belgický televizní štáb dokument o příkladné praxi pro evropskou konferenci, vydává pod jednou střechou i seniorský časopis Generace, poskytuje sociální a právní poradenství, linku důvěry či dispečink tísňového volání AREÍON (viz Tísňové volání...).

Quo vadis, babičko?

Čím je člověk starší, tím je šťastnější. Alespoň o amerických seniorech to tvrdí studie Chicagské univerzity. Zatímco po dovršení osmnácti let se velmi šťastnými cítí zhruba třetina Američanů, u lidí ve věku osmdesáti let to je prý celá polovina. „Já si důchodu užívám, jsem strašně spokojená! Děti jsou odrostlé, žádný stres z práce. Mám hodně času a můžu se věnovat čemukoli,“ libuje si i třiašedesátiletá Anna Kubištová. Bývalá hutní inženýrka se loni zapojila do evropského projektu Travel Agents. Jeho hlavním cílem je, aby evropští senioři mezi sebou navázali kontakty a při cestách po Evropě se mohli obrátit na zahraniční vrstevníky. „Je oboustranně přínosné setkávat se s cizími lidmi, vidět, jak žijí, jak tráví volný čas,“ vypráví Kubištová, která se v rámci projektu podívala do Portugalska, hostila v Praze skupinky z Německa a Polska a založila seniorský Cestovatelův klub. „Připravujeme čtyřdenní program o pobyt v Praze. Členky, které se učí italsky, plánují cestu do Itálie. Také přišla nabídka na cestu do Finska. A jinak pořádně i výlety po Česku, přidat se může každý!“ dodává plna elánu.

Stařečku, otřes se!

Lidí čínorodých i v pozdním věku přibývá, zlepšuje se i jejich finanční zabezpečení. „Firmy se o ně ucházejí jako o zákazníky – tento trend už se dostal i k nám. Díky komerci se z českých seniorů konečně stávají vážení lidé,“ uvažuje Lorman. Speciálně pro seniory vyvinula moravská firma Bodeček například jízdní kolo opatřené benzinovým motorem, letos na jaře se na trhu objevil Počítač 50+ lákající seniory vedle velkého písma a přednastavených programů i na bezplatný uživatelský kurs. Jedním z témat jarního veletrhu obalů Interpack v Düsseldorfu zase byly obaly na výrobky, které půjdou seniorům snadno otevřít a na jejichž přečtení s sebou nemusejí do obchodu nosit lupu.

Kde domov můj?

Zhruba padesát tisíc seniorů přebývá v České republice v domech důchodců, dalších šedesát tisíc na umístění čeká. „Světovým trendem je ale zůstat doma, nikoli umísťovat seniory do domovů důchodců,“ říká vedoucí denního stacionáře při domě s pečovatelskou službou v pražském Bráníku Svatava Pečenková. „Tady bydlí senioři podle svého způsobu života, je dobře, když se co nejdéle mohou postarat sami o sebe, byť s naším přispěním. Ve stacionáři se navíc přes den staráme o seniory, kteří nemohou být sami doma, zatímco jejich rodina je třeba v práci,“ říká Pečenková. Kapacita necelých třicet šest tisíc míst v domech pečovatelské služby však nepostačuje.

Důstojné bydlení nabízejí i postupně přibývajícím projektům seniorských rezidencí. V nově budovaném areálu ve Stráži pod Ralskem se bude moci garsonka s lékařskou permanentí, asistenční službou, službami, kulturním programem a dokonce vlastním mikrobusem na výlety najmout od částky 10 000 korun měsíčně. Za luxusní sřešný byt v průhonické seniorské rezidenci Classis u Prahy lze ale hravě utratit i desetinásobek. Idea, že ve stáří je na co se těšit, však u nás ještě není příliš zakotvená. „V naší společnosti panuje názor, že stáří by mělo být skromné a nenáročné, že nemá právo si užívat života,“ horlí Jan Lorman, podle něhož Češi spíše než na sebe hledí nebýt na obtíž a přispívat důchodem do rozpočtu potomků. O méně radostných stránkách stáří vědí své i pracovníci seniorských linek důvěry. Do nadačního fondu Elpida volá ročně kolem deseti tisíc lidí. „Nejčastějším problémem bývá osamění, smrt partnera, blízkost vlastní smrti, a pak vztahy v rodině, dokonce násilí,“ vypočítává vedoucí linky Michal Horažďovský. „Neřekl bych, že se seniorům daří stále lépe,“ míní. „Život kolem nich ubíhá závratným tempem, není čas pobýt, ani ta tramvaj dnes nepočká...“

Hledá se. Zn.: Babi a děda

Dříve se staří lidé báli hladu, dnes se bojí sociální izolace, pozoruje socioložka Šiklová. „A do té se můžete dostat i ve vatičce seniorských rezidencí. Kumulace starých lidí není ideální,“ varuje. Děti dnes v dobré víře kupují pro své rodiče bydlení v rezidenčních domech, kde se často setkávají lidé stejných profesí i finančního zabezpečení. „To ale není řešení. Optimální je začlenění do normální společnosti, v níž se střetávají všechny věkové skupiny,“ radí Šiklová.

Tento pomyslný návrat ke kořenům začíná nacházet úrodnou půdu zejména v Beneluxu a severovýchodních zemích, kde se prosazuje koncept takzvaného centrálního bydlení. V jednom komplexu vedle sebe bydlí senioři a mladé rodiny, které spolu sdílejí společné prostory, jako je zahrada či společenská místnost, ale třeba i společná kuchyně a prádelna. „Tato nová forma bydlení získává na popularitě, dává seniorům možnost žít delší dobu samostatně bez vnější pomoci. Generace si navíc mohou vypomáhat, například pro mladé rodiny s dětmi může být ochotná, byť cizí babička na hlídání ohromným trumfem,“ říká propagátor centrálního bydlení v Belgii Luk Jonckheere. Na mezigenerační symbiózu sází i Blanka Lormanová. „Stáří a mládí patří k sobě. Můj šílený sen je mít tady v Domě Portus mateřskou školku. Od příštího roku bych každopádně chtěla otevřít kursy pro seniory a jejich vnuky. Je spousta věcí, které mohou dělat společně – třeba keramiku, krajinomalbu, drátkování nebo plavání,“ plánuje.

Prarodiče na dosah přitom má a bude mít stále méně českých rodin. „Význam prarodičů ve společnosti se změnil. Děti se rodí později a lidé umírají později. Setkávají se tak spolu v úplně jiném stadiu než dříve,“ míní Šiklová, podle níž dnešní dítě babičku často nemá, protože se narodí starším rodičům, anebo je jeho babička ještě zaměstnaná. „Generační disproporce se nejvíce projeví kolem roku 2040. Bude nedostatek vnuků,“ míní. V tu dobu budou českou populaci podle Šiklové tvořit ze třiačtyřiceti procent lidí nad šedesát.

Gaudeamus igitur... „Radujme se, dokud jsme mladí,“ rozléhá se univerzitními halami při promociích. V aule Karolina v Praze však loni slavnostně ukončilo studium v rámci Univerzity třetího věku i devět set seniorů, Masarykova univerzita v Brně jich letos vzdělává téměř šestnáct set, jednosemestrální i víceleté kursy pro seniory vypisuje i většina ostatních vysokých škol v Česku. Mezi letošními posluchači je i sedmadvadesátiletá bioložka Marie Kubíková. „Vysněnou medicínu jsem začala dělat na Univerzitě třetího věku,“ vzpomíná v univerzitním časopise Forum žena, jejíž plány před válkou zhatila finanční tíseň. Kromě medicíny už jako seniorka absolvovala dějiny hudby i kurs o zemědělství, nyní dochází druhým rokem na archeologii. „Senioři si na Univerzitě třetího věku rozšiřují znalosti i v oborech, jimiž se dříve profesně nezabývali. Pro někoho, kdo třeba studovat nemohl, je navíc promoce životní zážitek,“ říká garant studií „třetího věku“ na Fakultě sociálních věd UK Josef Maršík. V rámci jeho kursu rozhlasové žurnalistiky mají senioři přístup k technickým vymoženostem stejně jako běžní studenti denního studia, dělají seminární práce, chodí na exkurze do rádia. Ke studiu patří i studentský život. „Setkávají se tu lidé, kteří mají společný okruh zájmů a nechtějí sedět sami v parku na lavičce,“ doplňuje Maršík. Za studium se platí poplatek v rozmezí 100–500 korun za kurs, přihlášky se podávají většinou do konce školního roku, případně do začátku září.