# TEXT 1

HASTRMANOVÁ, Šárka. Dobrovolníkem v seniorském věku? Proč ne? In BOČKOVÁ, Lenka, Šárka HASTRMANOVÁ a Egle HAVRDOVÁ. *50 aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života* [online]. Praha: Respekt institut, 2011, s. 148-165 [cit. 2014-09-09]. Dostupné z: <http://www.respektinstitut.cz/wp-content/uploads/50plusAktivne_web.pdf>

Dalším mýtem je, že dobrovolnictví se hodí jen pro studenty a mladé lidi. Závěry výzkumu [Respekt institutu](http://www.respektinstitut.cz/) 50+ Aktivně se pokouší tento názor změnit. Výzkum ukázal, že ve skupině seniorů je velký potenciál pro zapojení do dobrovolnických programů. Myšlence stát se dobrovolníkem je nakloněno skoro 40 procent lidí v důchodovém věku, velký zájem o takovou činnost vyjádřilo víc než 20 procent dotázaných. Častěji mají chuť nezištně se věnovat druhým ženy a lidé vzdělaní. Více ochotni zapojit se jsou také ti, kdo při důchodu pracují. Naopak očekávání, že lidé s dostatečným finančním zázemím, kteří si nemusí přivydělávat a mají proto dostatek volného času, se budou ochotněji zapojovat do prospěšných činností, se nenaplnilo.

Dobrovolnický potenciál seniorů ale zatím není dostatečně využit. Na to si v rámci výzkumu 50+ Aktivně stěžovali také pracovníci neziskových organizací. Když měli pojmenovat příčiny, shodli se, že viníkem není ani tak nízká poptávka ze strany seniorů jako spíš nedostatečná nabídka vhodných programů, které by počítaly s jejich pomocí. Výzkum se zabýval také právě tím, o jakou oblast dobrovolnické činnosti by měli lidé v důchodovém věku zájem. Nejatraktivnější je pro ně zapojení do různých zájmových sdružení, která nabízejí aktivní trávení volného času a setkávání s vrstevníky. Důchodci měli zájem také o aktivity, zaměřené na péči o seniory. Nejméně je lákalo věnovat se ve volném čase mládeži.

# Text 2

MACKOVÁ, Marie. Kutná Hora: Senioři v roli dobrovolníků. In *Seniori.charita.cz* [online]. 2012 [cit. 2014-09-09]. Dostupné z: <http://seniori.charita.cz/charita-a-seniori/seniori-pomahaji/kutna-hora-seniori-v-roli-dobrovolniku/>

*Kutná Hora: Senioři v roli dobrovolníků*

Od prvních dnů existence provázeli práci Oblastní charity Kutná Hora dobrovolníci z řad seniorů. Zatímco dámy se ujaly obsluhy šatníku, mužský dobrovolník se osvědčil jako řidič.

V [Oblastní charitě Kutná Hora](http://kh.charita.cz/)byly [dobrovolnice seniorky](http://seniori.charita.cz/charita-a-seniori/seniori-pomahaji/)prvními vlaštovkami na poli charitní dobrovolné práce. Byly to tzv. ženy od kostela, které měly pro práci v charitě dobrou motivaci. Nejenže třídily známky pro misie, ale především pracovaly při třídění a výdeji šatstva na burzách a později  v charitním šatníku.

Tato skupina trvá dodnes, i když z původních dobrovolnic zůstaly pouze tři. Některé zestárly, jedna zemřela. Dnes v charitním šatníku pracují 4 dobrovolnice seniorského věku a současně začínají využívat některé [aktivizační činnosti](http://seniori.charita.cz/charita-a-seniori/nase-sluzby/) denního centra pro seniory. Ve středisku A+D pracují čtyři dobrovolnice, jedna pomáhá při organizaci [Tříkrálové sbírky](http://www.trikralovasbirka.cz/), další tři pletou ponožky, vyrábějí vánoční přání, pomohou při jednorázových akcích. Dobrovolnice se samy od sebe neformálně nescházejí. Ale kdykoliv pro ně vytvoříme schůzku, přijdou rády.

Velmi ráda vzpomínám na jednoho dobrovolníka - muže. Ten v začátku Charity dobrovolně zajišťoval dopravu, byl ochoten doprovodit i lidi romského původu na slovenskou ambasádu do Prahy, aby si vyřídili české občanství.

Seniorů - mužů v dobrovolnictví je málo. Tento byl vzácný. Dodnes pracuje v zahrádkářském svazu, zve nás na výstavy ovoce a přebytky věnuje charitě. Umožní nám, abychom v rámci zahrádkářských výstav nabídli výrobky našich klientů.

Myslím, že dobrovolníků seniorů bude přibývat. Ženy, které v charitě pracovaly, rády zůstanou v kontaktu právě prostřednictvím dobrovolné služby. V současné době se to týká dvou žen a další budou určitě přibývat.

# Text 3

HRŮZOVÁ, Jana. Vzpomínky "staré dobrovolnice". *Seniori.charita.cz* [online]. 2012 [cit. 2014-09-09]. Dostupné z: [http://seniori.charita.cz/charita-a-seniori/seniori-pomahaji/vzpominky-stare-dobrovolnice/](http://seniori.charita.cz/charita-a-seniori/seniori-pomahaji/vzpominky-stare-dobrovolnice/%20)

*Vzpomínky "staré dobrovolnice"*

"S lidmi to moc neumím," říkala si na začátku svého dobrovolnického působení paní Hrůzová (72 let). S klienty hospice v Rajhradě si ale brzy porozuměla a dodnes sem pravidelně dochází.

Po zácviku v [hospici v Rajhradě](http://www.dlbsh.cz/)jsem  na rozpacích. S lidmi to moc neumím, jsem nesnášenlivá a jen zřídka si s někým porozumím. Na to vše jsem upozornila, třeba se uplatním v nějaké jiné činnosti jako je administrativa, zahrada apod.

Při první návštěvě už v roli [dobrovolnice](http://seniori.charita.cz/charita-a-seniori/seniori-pomahaji/) mě kdosi požádá, abych navštívila klienta, který je skleslý, je s ním jeho žena, taky potřebuje povzbudit. A ejhle, hezky jsme si všichni popovídali, ani nevím, jak uběhla téměř hodina.

A tak ztrácím ostych.

Nevím, jestli je vhodné vzpomínat na klienty, kteří se zapsali do mé paměti, je jich pěkná řádka. Nejkrásnější zážitek byl, když klient před svou smrtí řekl, že ten čas strávený v hospici (myslím, že to bylo víc než rok) patří k těm nejlepším v jeho životě. Vždycky jsem se na tohoto pána těšila, nezapomněl, že jsem byla první dobrovolnicí, která se mu věnovala. Mrzí mě, že jsem mu nemohla splnit přání – měl chuť na kachnu se zelím nebo aspoň na dobrou klobásu. Tu jsem donesla, ale nakonec jsme se toho neodvážili!!!!

K nejhorším zážitkům patří dlouhé umírání jiného klienta. Byl to silný kuřák, na podestě jsme vždycky prohodili jen pár slov. Když se jeho stav zhoršil, byla jsem s ním několikrát pár minut a modlila se, aby mu náš Pán dovolil konečně odejít.

Hospic v Rajhradě je pro mě obrovským požehnáním. Poznala jsem tam spoustu krásných lidí, naučila jsem se, jak je důležité nemyslet jenom na svoje strasti. Když se zajímáme o svoje okolí, a sdílíme bolesti jiných, ty naše ustupují do pozadí. Myslím, že vím co je rub života a líc smrti. Nečetla jsem knihu Heleny Haškovcové s tímto titulem, ale poznávám to téměř při každé své návštěvě Rajhradu.