

PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ VE VZTAHU K DŮCHODOVÉMU POJIŠTĚNÍ

Bc. Michaela Knotová Poláková

Diplomová práce
2024



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2023/2024

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: Bc. Michaela Knotová Poláková
Osobní číslo: H22861
Studijní program: N0111A190013 Sociální pedagogika
Forma studia: Kombinovaná
Téma práce: Příprava na stáří ve vztahu k důchodovému pojištění

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti gerontologie, důchodové politiky a důchodového pojištění.
Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.
Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovoru.
Zpracování a vyhodnocení dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování diplomové práce: tištěná/elektronická

Seznam doporučené literatury:

- HAŠKOVCOVÁ, Helena, 1990. Fenomén stáří. Praha: Panorama. ISBN 80-7038-158-2.
KREBS, Vojtěch, 2015. Sociální politika. 6., přepracované a aktualizované vydání. Praha: Wolters Kluwer. ISBN 747-8921-2.
TOMEŠ, Igor, 2010. Úvod do teorie a metodologie sociální politiky. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-680-3.
SYROVÝ, Petr, 2012. Jak si spořit na důchod: zorientujte se v důchodové reformě. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4479-7.
ŠVARÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. 2014. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0644-6.
VEČEŘA, Miloš. 1993. Sociální stát. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 80-901424-6-X.
Zákon č. 71/2023 Sb., kterým se mění zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů, a některé další zákony.
Zákon č. 100/1988 Sb., o sociálním zabezpečení.

Vedoucí diplomové práce: **PhDr. Helena Skarupská, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce: **11. prosince 2023**
Termín odevzdání diplomové práce: **19. dubna 2024**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 11. prosince 2023

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem citoval(a). V případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor.

Ve Zlíně

.....

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlíží k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Diplomová práce se zabývá tématem příprava na stáří ve vztahu k důchodovému pojištění. Práce je členěna na teoretickou a praktickou část. Jednotlivé kapitoly teoretické části se věnují gerontologii, přípravě na stáří, důchodové politice a důchodovému pojištění. Praktická část předkládá výsledky kvalitativního výzkumu, jehož cílem bylo zjistit, jak se lidé ve věkovém rozmezí 60 – 65 let připravují na stáří. Výzkum byl realizován prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů. Následná analýza dat byla zpracována pomocí postupů zakotvené teorie. Zjištění výzkumu potvrdilo, že příprava na stáří zásadním způsobem ovlivňuje kvalitu života ve stáří.

Klíčová slova: gerontologie, příprava na stáří, důchodová politika, důchodové pojištění

ABSTRACT

The diploma thesis deals with the topic of preparation for old age in relation to pension insurance. The work is divided into a theoretical and a practical part. Individual chapters of the theoretical part are devoted to gerontology, preparation for old age, pension policy and pension insurance. The practical part presents the results of qualitative research, the aim of which was to find out how people in the age range of 60-65 prepare for old age. The research was carried out through semi-structured interviews. Subsequent data analysis was processed using grounded theory procedures. The findings of the research confirmed that preparation for old age significantly affects the quality of life in old age.

Keywords: gerontology, preparation for old age, pension policy, pension insurance

Tímto bych chtěla velmi poděkovat vedoucí své práce PhDr. Heleně Skarupské, Ph.D. za neobyčejnou vstřícnost a cenné rady při vedení práce. Také bych chtěla poděkovat svým blízkým za velkou podporu a pomoc, zejména v závěru studia.

Prohlašuji, že odevzdaná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 GERONTOLOGIE	13
1.1 AGEISMUS	13
1.2 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ.....	15
1.3 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ Z DEMOGRAFICKÉHO POHLEDU.....	16
1.4 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ ZE SOCIOLOGICKÉHO POHLEDU.....	21
1.5 DĚLENÍ STÁŘÍ.....	23
2 PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ	24
2.1 ÚDOBÍ PŘÍPRAVY NA STÁŘÍ	25
2.2 FINANČNÍ ZAJIŠTĚNÍ NA STÁŘÍ.....	26
2.3 MEZIGENERAČNÍ VZTAHY A VÝZNAM RODINY V ŽIVOTĚ SENIORA	27
3 DŮCHODOVÁ POLITIKA	30
3.1 DŮCHODOVÝ SYSTÉM ČR	30
3.2 FINANCOVÁNÍ DŮCHODOVÉHO SYSTÉMU V ČR	32
3.3 PRVNÍ PILÍŘ – PRŮBĚŽNÉ FINANCOVÁNÍ ZE STÁTNÍHO ROZPOČTU ZA ÚČASTI POVINNÉHO POJIŠTĚNÍ ČI DANĚ.....	34
3.4 DRUH PILÍŘ – DŮCHODOVÉ SPOŘENÍ	35
3.5 TŘETÍ PILÍŘ – DOPLŇKOVÉ PENZIJNÍ PŘIPOJIŠTĚNÍ SE STÁTNÍM PŘÍSPĚVKEM.....	36
3.6 VÝHODY A NEVÝHODY DOPLŇKOVÉHO PENZIJNÍHO SPOŘENÍ	39
3.7 ÚČASTNÍCI TŘETÍHO PILÍŘE	40
3.8 REFORMA DŮCHODOVÉHO SYSTÉMU	40
3.9 HLAVNÍ ZMĚNY V DŮCHODOVÉM SYSTÉMU SCHVÁLENÉ V ROCE 2023.....	41
4 DŮCHODOVÉ POJIŠTĚNÍ	44
4.1 POVINNÁ ÚČAST NA DŮCHODOVÉM POJIŠTĚNÍ.....	45
4.2 DOBROVOLNÁ ÚČAST NA DŮCHODOVÉM POJIŠTĚNÍ.....	46
4.3 POZŮSTALOSTNÍ DŮCHODY	54
4.4 VDOVSKÝ A VDOVECKÝ	54
II PRAKTICKÁ ČÁST	56
5 VÝZKUM	57
5.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM	57
5.2 CÍL VÝZKUMU	57
5.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	57
5.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR	58

5.5	METODA SBĚRU DAT	59
6	VÝSLEDKY VÝZKUMU.....	63
6.1	ROZHOVORY A JEJICH ANALÝZA.....	63
6.2	OTEVŘENÉ KÓDOVÁNÍ.....	63
6.3	AXIÁLNÍ KÓDOVÁNÍ	90
6.4	SELEKTIVNÍ KÓDOVÁNÍ	93
7	INTERPRETACE DAT.....	95
	ZÁVĚR	98
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	100
	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	111
	SEZNAM OBRÁZKŮ	112
	SEZNAM TABULEK.....	113
	SEZNAM GRAFŮ	114
	SEZNAM PŘÍLOH.....	115

ÚVOD

V dnešní uspěchané době bývají pojmy stáří, stárnutí, odchod do důchodu chápány jako něco negativního a senioři jsou často považováni za přítěž pro společnost. O procentuálním nebo poměrném zastoupení zvyšujícím se počtu stárnoucích lidí se často hovoří jako o sociálním problému v souvislosti s růstem nákladů jak na důchodový systém, zdravotní péči, systém sociálního zabezpečení, tak i sociálních služeb. To potvrzují informace poskytnuté Světovou zdravotnickou organizací. Ta upozorňuje na skutečnost, že tempo stárnutí populace je mnohem vyšší než v minulosti a predikuje, že v letech 2015 až 2050 se podíl populace lidí starších 60 let téměř zdvojnásobí z 12 % na 22 %, což v té době bude činit téměř 2 miliardy obyvatel planety (Ageing and health, 2018). Problematika stárnutí obyvatelstva by neměla být chápána jako problém současnosti, ale spíše výzvou pro každého z nás. „Jeden z našich prvních poznatků, k němuž zpravidla dospějeme už v dětství, spočívá v tom, že většina věcí, které známe nebo vidíme kolem sebe, časem mění své vlastnosti – zpravidla k horšímu. Týká se to lidí, zvířat i předmětů neživé přírody. Stárnutí je všudypřítomnou součástí našeho života. Je to jediná fatální nutnost, které se nikdo a nic nemůže vyhnout“ (Gregorová, Galvas, 2000). V mládí máme pocit, že se nás stáří netýká. Čas vnímáme ve spěchu, vlastní stárnutí si možná někteří neuvědomujeme nebo nepřipouštíme, ale hlavně na dětech pozorujeme, jak čas rychle běží. Stárnutí je přirozený proces a nemůžeme ho zastavit. Víme ale, že délku a kvalitu života i to, jak budeme stárnout, ovlivňují nejen genetické předpoklady, ale také naše potřeby, hodnoty a v neposlední řadě náš životní styl – stravovací návyky, fyzická a duševní aktivita, pohoda, optimismus a další faktory. Neméně důležité je i utužování vztahů ať už partnerských, rodinných nebo kamarádkých. Příprava na vlastní stáří může zahrnovat různé plány. Podle některých to může být vytvoření finančních rezerv, jiní se podle svých možností zaměří na obnovu zařízení, úpravu, nebo i výměnu stávajícího bydlení.

Senioři, mají-li zájem a dovolí-li jim to zdravotní stav, by měli mít možnost pracovat, vzdělávat se, nebo být jiným, jim vyhovujícím způsobem prospěšní. Diplomová práce je zpracována na téma „Příprava na stáří ve vztahu k důchodovému pojištění“. Z důvodu stárnutí populace a změn v důchodovém systému je toto téma často medializováno a odbornou i neobornou veřejností velice často diskutováno.

Diplomová práce je složena z teoretické části a praktické části. Teoretická část diplomové práce je na základě výsledků rešeršní činnosti zaměřena v jednotlivých kapitolách na vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti gerontologie, stáří a stárnutí,

přípravy na stáří, důchodové politiky a důchodového pojištění. Další nezbytnou součástí stanovení teoretického východiska práce je i definice procesu stárnutí a stáří, stejně tak jako změny, které stáří přináší z hlediska tělesného, psychologické a sociálního. S možnostmi seberealizace ve vztahu k trávení volného času je zmíněna i důležitost mezigeneračních vztahů. Systému důchodové politiky a důchodového pojištění se věnuje samostatná kapitola.

Cíle praktické části je zjistit připravenost občanů ve věku 60 – 65 let na stáří, protože právě tato věková skupina občanů je konfrontována se stářím mimo seniory samotné nejvíce. Účelem tohoto průzkumu je zjištění stavu informovanosti o možnostech důchodového pojištění stejně tak jako i možnosti a očekávání spojené s jejich další životní etapou. Pro dané téma byl zvolen kvalitativní způsob šetření, a jako metoda sběru dat polostrukturovaný rozhovor, který byl veden s deseti občany ve věku 60 – 65 let v jejich přirozeném prostředí ve správním obvodu města Napajedla. Součástí je analýza dat, interpretace výsledků výzkumu metodou zakotvené teorie a závěrečné shrnutí.

Zpracované a analyzované informace mohou přispět k vyšší informovanosti a možnostem optimální a individuální volby přípravy občanů na stáří a odchod do důchodu. Diplomová práce může být využita pro snazší orientaci v aktuální právní úpravě důchodového pojištění a ke zvýšení informovanosti o změnách v této oblasti. Potřebná úroveň informovanosti o stávajícím budoucím důchodovém systému a jeho dalších změnách je jedním z předpokladů správného rozhodnutí, které může v budoucnu ovlivnit vznik nároku na důchod a také i na jeho výši.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 GERONTOLOGIE

Ačkoli se sociální pedagogika problematice stáří a stárnutí věnuje, zdaleka není jedinou vědou řešící toto téma. Vědní disciplína, která se podrobně problematikou stáří zabývá, se nazývá gerontologie. „Gerontologie (anglicky gerontology) je souhrn poznatků o problematice stáří, stárnutí a života ve stáří. Jde o multioborovou a interdisciplinární problematiku, která se nepěstuje jako samostatná disciplína. Existují však také gerontologické instituty, publikace, vzdělávací kurzy. Etymologicky jde o spojení starořeckých pojmů gerón (2. pád. gerontos) - stařec a logos – slovo nauka“ (Čeledová, Kalvach a Čevela, 2016, s. 16).

V rámci této práce je gerontologie pojímána jako integrální součást a předmět zkoumání sociální pedagogiky. Hartl a Hartlová (2010, s. 166) také předkládají obecnější definici gerontologie, která říká, že jde o „Studium procesů stárnutí, k nimž dochází v buňkách, tkáních, orgánech a organismech či ve skupinách jedinců od dospělosti až po jejich smrt“.

Samotná gerontologie jakožto nauka se obvykle vymezuje do 3 okruhů. Jde o gerontologii experimentální, gerontologii klinickou a gerontologii sociální (Čeledová, Kalvach a Čevela, 2016).

Experimentální gerontologie, nazývaná někdy jako teoretická, zkoumá proč, a jak živé organismy stárnou. Klinická gerontologie zkoumá zdravotní a funkční stav, zabývá se i problémy geriatrické křehkosti a zvláštnostmi chorob ve stáří. Gerontologie sociální se zabývá vztahem starého člověka a společnosti-(Čeledová a kol., 2016; Čevela a kol., 2012; Hegyi a kol., 2012).

My se v rámci diplomové práce, zaměříme především na gerontologii sociální, zejména z toho důvodu, že souvisí s oborem sociální pedagogiky. Ta se zabývá vztahy mezi generacemi, konkrétně mezi starými lidmi a společností. Sociální gerontologie jako vědní disciplína se dále zabývá sociologií, demografií a souvislostmi v oblasti politologie a ekonomie. Do oblasti sociální gerontologie spadá také obor budoucnosti, pod nímž si můžeme představit pracovní gerontologii, jejímž předmětem je aktivně stárnoucí populace.

1.1 Ageismus

Významný a značně problematický a také patologický jev vyskytující se v současné společnosti související se stářím představuje tzv. ageismus. Ten je identifikován hned po

rasismu a sexismu jako třetí největší a nejzávažnější forma diskriminace (Vidovičová, Rabušic a Gregorová, 2019).

Jak uvádí Anthony Giddens, ageismus je „Diskriminace či předurčené jednání na základě věku“ (Giddens a Sutton, 2013, s. 977).

Ageismus může nabývat dvou podob. Jde o diskriminace staršího člověka na základě věku nebo diskriminace na podkladě funkčního stavu a křehkosti. Častěji zahrnuje negativní představy o stáří (Čevela a kol., 2012; Klevetová, 2017).

Nejčastější formou diskriminace je násilí, které má formy zneužívání, zanedbávání nebo týrání seniorů. V nemocničním prostředí se jedná o zanedbávání ve smyslu například nepodání drahých léků nebo odmítnutí hospitalizace (Buttaro a Barba, 2013; Hegyi a kol., 2012).

Pojem ageismus poprvé použil americký psychiatr Robert N. Butler v roce 1968 v článku Washington Post v souvislosti se segregací bytovou politikou. Původní a dodnes pravděpodobně nejrozšířenější definice ageismu hovoří o procesu systematického stereotypizování a diskriminace lidí pro jejich stáří (Butler, 2002). Pojem bývá někdy opisován synonymem „věková diskriminace“ nebo „diskriminace na základě věku“ (Vidovičová, 2005).

Prvním pokusem o komplexnější představení fenoménu věkové diskriminace v českém kontextu je práce Vidovičové (2005), která definovala ageismus jako ideologii založenou na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovanou skrze proces systematické, symbolické i reálné stereo typizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku nebo na jejich příslušnosti k určité generaci.

Na obecné úrovni dle předního odborníka na tuto problematiku Erdmana Palmora rozlišujeme dva typy ageismu. Jde o ageismus pozitivní a negativní. Palmore (1999) v rámci svého pojetí dále u svého dělení, tedy u jednotlivých typů, rozlišuje předsudky a diskriminaci.

Lucie Vidovičová (2005) pak říká, že projevy ageismu můžeme sledovat v různých oblastech sociálního života člověka. Tyto oblasti jsou úzce propojeny se sociální pedagogikou a sociální prací. Jde o občanství, pracovní trh, důchodový systém, zdravotní a sociální péči, životní prostředí, média, vzdělávání, vědu a další.

Z výše uvedeného vyplývá, že ageismus představuje významný problém, zejména pak pro na produktivitu dbající současnou západní společnost. Domníváme se, že jedinou možností, jak tomuto negativnímu fenoménu předejít, je osvěta čili vzdělávání. O to se v současnosti snaží řada iniciativ a organizací. Jmenovat lze například výzkumně koncipovaný projekt Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti pro ČR, (muni.cz) či kampaň Mluvme o stáří ze známé obecně prospěšné organizace Elpida. Diskutabilní je podle našeho názoru přínos sezónních iniciativ zaměřených na seniorskou populaci. Příkladem této iniciativy může být medializovaný a velice známý projekt Ježíškova vnoučata (rozhlas.cz).

Stejně tak mohou být z důvodu explicitního vyjádření životního období člověka vnímány jako pejorativní pojmy "stařenka" a "stařeček", se kterými se můžeme setkat například v médiích. Obdobně však může být vnímán také odborný pojem "geront" (Janiš a Skopalová, 2016).

Čím dál tím častěji je jako nekorektní považován dříve oficiální pojem "důchodce". Preferován je tak pojem "senior", který je emocionálně neutrální (Špatenková a Smékalová, 2015).

Jsou tři možné skupiny zdrojů ageismu: individuální, kulturní a sociální. Mezi individuální zdroje patří strach ze smrti a stárnutí jako psychosomatického úpadku, dále frustrace a agrese, ze které pramení hostilita (nepřátelství) vůči členům minoritních skupin, nebo autoritářské osobnosti, u níž jsou předsudky manifestací nejistoty. Mezi kulturní zdroje ageismu patří různorodé faktory jako hodnotové systémy, jazyk, mediální kultura, humor, umění a literatura. Sociální zdroj ageismu může být i prostý fakt, že starých lidí je „hodně“ a stále jich přibývá. Dalšími zdroji mohou být věkové a strukturní nesoulady, věkový konflikt, věková segregace nebo historická změna statusu stáří (Vidovičová, 2008).

1.2 Stáří a stárnutí

Člověk začíná stárnout v momentě narození. Jedná se o přirozený proces, který postupně ohrožuje orgány a funkce orgánů, ale i psychiku člověka. V procesu stárnutí jde o funkční zhoršování vlastností, pokles rezerv organismu, pokles funkcí a změnu biorytmů (Čevela a kol., 2012; Dienstbier, 2012).

Řada autorů se zabývala vymezením pojmu stáří a stárnutí s mírnými odlišnostmi. Pravděpodobně nejstarším pojetím stáří a stárnutí se zabývá kniha římského filozofa Cicera (106-43 př. n. l.) De senectute – O stáří. Uváděl dvě pojetí stáří. Jedno negativní a druhé,

kterého se Cicero držel sám. „Podle něj starý člověk musí prohloubit svou sebekontrolu, aby nezkresleně vnímal změny, které ho ve stáří čekají, jak v jeho individualitě, tak v okolní společnosti. Doporučuje tělesná cvičení, střídanou stravu a hlavně intelektuální aktivitu, aby se proces stárnutí zpomalil. Opakovaně doporučuje, aby se i ve stáří lidé učili, protože učení podporuje duševní svěžest“ (in Baštecký, J., Kümpel, Q., Vojtěchovský, M., 1994, s. 19).

Hlavní kladný rys stárnutí a stáří viděl v tom, že “stáří obsahuje možnosti i příležitosti k pozitivním změnám a produktivnímu životu – i když v jiném směru, nežli tomu bylo v mládí“ (in Křivohlavý, J., 2011, s. 54).

Světová zdravotnická organizace označuje „stařecký věk neboli senescenci obdobím života, kdy se poškození fyzických či psychických sil stává manifestní při srovnání s předešlými životními obdobími“ (Haškovcová, H., 2010, s. 20).

Dalším způsobem měření stárnutí, je dle Stuart-Hamiltona (1999) sledování, kdy a jakým způsobem se znaky mladé dospělosti přeměňují ve znaky pozdní dospělosti.

Podobně definuje kritéria stáří i Mühlpachr (2004), který mimo uvedené specifikuje i pojem dlouhověkost. Uvádí, že se jedná o označení pro pokročilý věk, zpravidla nad 90 let. Lidé tohoto věku jsou v populaci zastoupeni jen nepatrně. V posledních letech však zásluhou zvyšující se životní úrovně a zdravotní péče jejich počet roste.

Stárnutí probíhá v oblasti biologicky – fyziologické, psychické a sociální. Absolutní stárnutí znamená zvyšování počtu starších lidí v populaci. Existují dva způsoby stárnutí, jedná se o normální a předčasné stárnutí. Předčasné stárnutí vzniká v důsledku poruchy v biologickém vývoji nebo z důvodu přetěžování organismu, například silné kouření (Kutnohorská a Plisková, 2017, s. 12).

Relativní stárnutí je zvyšování počtu seniorů v populaci, což se statisticky uvádí v procentech. Důsledkem stárnutí lidí jsou vyšší náklady na zdravotnickou a sociální péči (Hegyí a kol., 2012, s. 17-23).

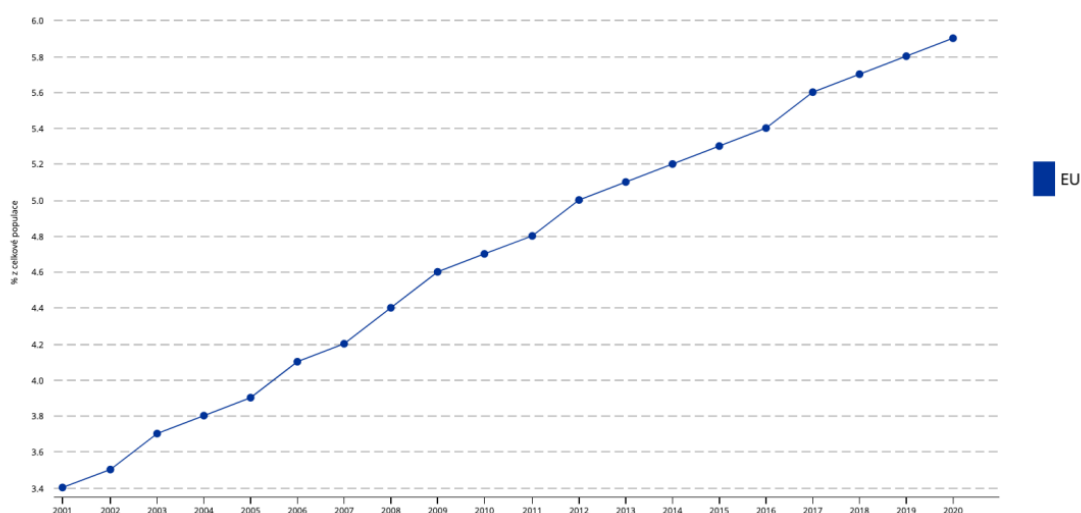
1.3 Stáří a stárnutí z demografického pohledu

Tempo růstu globální populace se snižuje kvůli nižší porodnosti. V roce 2050 bude velká většina lidí z 9,7 miliardy žít v méně rozvinutých regionech. V roce 1950 činila globální populace 2,5 miliardy, v roce 2020 pak 7,8 miliardy. Podle predikce OSN, bude světová populace mezi lety 2020 a 2050 růst pomaleji ve srovnání s předchozím růstem (Finlord, 2022).

V roce 1990 byl průměr porodů na jednu ženu 3,2, v roce 2020 to bylo 2,5 a pro rok 2050 demografové odhadují 2,2, z toho vyplývá, že globální populace roste zejména díky tomu, že se lidé dožívají více let tedy, zvyšuje se počet jedinců, kteří se dožívají stáří a vysokého věku. V roce 2050 bude většina celosvětové populace žít v méně vyspělých regionech, v městských oblastech a bude ve věku 15 až 64 let, s předpokládanou délkou života 70-80 let (Finlord, 2022).

Na základě demografických údajů je jasné, že naše evropská i celosvětová populace stárne. Demografové upozorňovali na tuto vážnou situaci už koncem 70. let 20. století. Veřejně se o tomto problému začalo hovořit na Světovém shromáždění o stárnutí a stáří, které se konalo v roce 1982 ve Vídni (Haškovcová, 2004, s. 14).

To, se také týká především obyvatelstva EU, což také potvrzují různé statistické ukazatele, jako např. vývoj zastoupení osob v seniorském věku, index závislosti těchto osob a věkový medián obyvatelstva. Podíváme-li se nejprve na zastoupení seniorů v obyvatelstvu, v roce 2020 bylo 21 % obyvatelstva EU tvořeno osobami staršími 65 let. Oproti roku 2001, kdy tento podíl činil 16 %, se jejich zastoupení zvýšilo o 5 procentních bodů. Podíváme-li se na skupinu osob ve věku 80 a více let, jejich podíl dosáhl v roce 2020 téměř 6 %, zatímco v roce 2001 to bylo ještě 3,4 %; jejich podíl se tak během tohoto období téměř zdvojnásobil. Na druhé straně zastoupení mladých lidí (ve věku 0 až 19 let) dosáhlo v EU v roce 2020 hodnoty 20 %, což představuje ve srovnání s 23 % v roce 2001 pokles o 3 procentní body (czso.cz).



Graf 1 Obyvatelstvo ve věku 80 let a více (jako % z celkové populace EU)

Zdroj: Eurostat (czso.cz, 2021).

Starší lidé vždy patřili do společnosti, i když na dnešní poměry by mnozí patřili mezi osoby v nejlepších letech, ve své době to již byli starci. V různých obdobích našich dějin k nim společnost přistupovala různě. Od uctívání až k opovrhování. Pokud se podíváme na data, která máme k dispozici, můžeme vyčíst pouze počty lidí, ovšem jaký byl vztah společnosti ke starším lidem, se můžeme pouze dohadovat a známe jej až z nedávných dob, kdy jsou k dispozici písemné záznamy. Ve starší době kamenné je odhadován průměrný věk dožití na 19,9 let, v mladší době kamenné 26,9 let, v době bronzové 32,1 let, v době železné se lidé dožívali v průměru 27,3 let. Lepší péči neměli starší lidé ani ve Spartě nebo v antickém Římě. V době římské se lidé dožívali v průměru pouhých 27,2 let (Horská, Kučera, Maur a Stloukal, 1990, str. 70; Hovorka, 1986, s. 51-59).

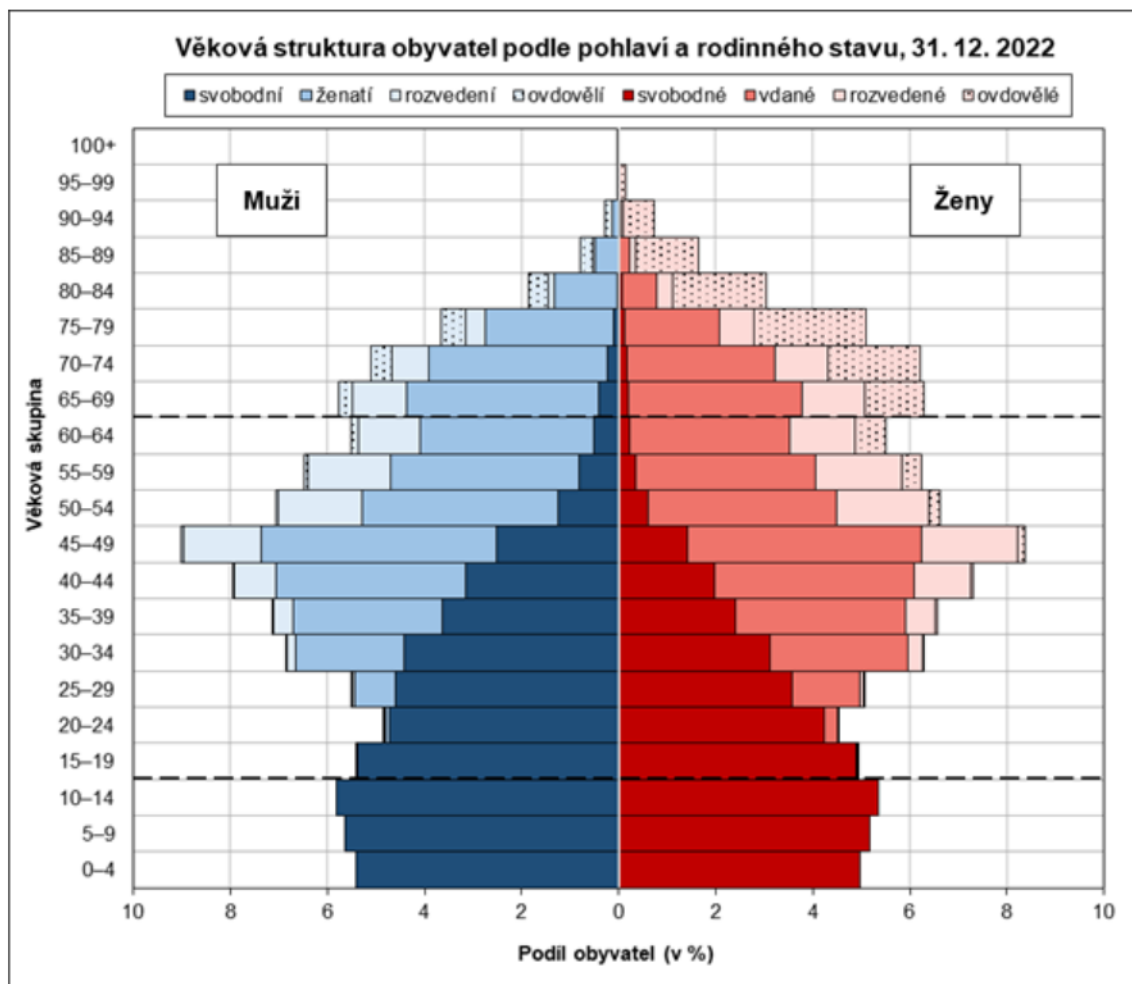
Ve středověku se mohli lidé dožít i padesáti až šedesáti let, velkou výjimkou byli lidé starší, ale průměrný věk dožití byl v tomto období stále jen 28,1 let. S počty obyvatelstva značně hýbaly epidemie, především mor, cholera nebo pravé neštovice. Nárůst počtu obyvatelstva byl díky tomu velmi pozvolný, dokonce se v souvislosti s počty obyvatelstva v období pozdního středověku mluví jako o období populačního regresu (Horská, Kučera, Maur a Stloukal, 1990, str. 243).

Tuto změnu nazval francouzský demograf A. Landry v roce 1934 jako demografickou revoluci. (Čevela, Kalvach a Čeledová, 2012, s. 77) „Její podstatou jsou pokles úmrtnosti (mortality) postupně převážený poklesem porodnosti (natality).“ (Mühlpachr, 2004, s. 30) Tento proces se popisuje ve čtyřech fázích: v první fázi se udržuje vyrovnaný počet obyvatel. Porodnost je sice vysoká, ovšem je i vysoká úmrtnost (střední délka života je 20 až 30 let, dětí v rodině je 6 až 7). V druhé fázi klesá mortalita v mladém věku, přičemž natalita zůstává vysoká. Za následek má tato situace nárůst počtu obyvatelstva a mládnutí populace. Třetí fáze je rozdělena na dvě části. V první se zpomaluje pokles mortality, a i natalita klesá, ovšem ještě přibývá obyvatelstvo, populace začíná stárnout-relativní stárnutí, v druhé části třetí fáze klesá natalita, ale klesá i mortalita ve vyšším věku, což má za následek stárnutí populace. Ve čtvrté fázi se stabilizuje počet obyvatel při nízké natalitě i mortalitě. Střední délka života je 80 až 85 let, dětí v rodině je 1 až 2 (Mühlpachr, 2004, s. 30).

Devatenácté století bylo vcelku pokrokové, ale lékařská péče měla do té dnešní ještě hodně daleko. Stále šlo o dobu, kdy průměrná délka lidského života představovala věk kolem 30-ti let, kdy každé těhotenství a narození dítěte vyvolávalo v lidech obavu ze smrti a kdy lidé mívali kolem deseti dětí, z nichž se třeba jen polovina dožila dospělosti. V polovině 18. století se v českých zemích lidé dožívali průměrně 25 až 28 let. V polovině 19. století to

pak bylo něco přes 30 let, na počátku 20. století 40 let a na jeho konci už 73 let, což je neuvěřitelný nárůst. Vysvětlení zvyšující se kvality a prodlužující se délky života je jasné, stojí za tím zlepšení životních podmínek a lékařské péče (Lenderová, 2018).

V roce 2023 je průměrný věk dožití v České republice u mužů 76,2 let a u žen 82,1let (czso.cz, 2023). I když je stále patrný rozdíl mezi nadějí dožití u žen a u mužů, přesto, podle Českého statistického úřadu, můžeme vidět snižování tohoto rozdílu. „V roce 1990 měly ženy šanci dožít se při narození v průměru o 7,8 let více než muži, do roku 2008 se tento rozdíl snížil o více než rok a půl.“ (Senioři v ČR v datech - 2009, s. 8) „Stárnutí je považováno za neodvratnou zákonitost současného populačního vývoje, s jehož důsledky se dříve nebo později bude potýkat většina zemí včetně rozvojových“ (Burcin a Kučera, 2010, s. 211).



Graf 2 Zobrazení obyvatelstva ČR podle pohlaví, věku a rodinného stavu

Zdroj: ČSÚ, 2024 (czso.cz).

Ač si to možná neuvědomujeme, jsme svědky populační exploze, která běží v přímém přenosu. V roce 1 žilo na Zemi asi 252 miliónů obyvatel, přibližně kolem roku 1800 je odhadován počet tehdejšího obyvatelstva Země na 900 miliónů. Do roku 1950 stoupl tento počet na 2,5 miliard. V roce 2022 žilo na Zemi přes 8 miliard obyvatel a tento počet neustále narůstá (worldometers.info). Tento nárůst se ovšem týká Subsaharské Afriky a Asie. Naopak ve vyspělých státech neustále klesá porodnost a obyvatelstvo stárne. Pro příklad uveďme, že v 17. století tvořili lidé nad 65 let pouze 1 % populace, v 19. století to byly 4 % z celkové populace (Veteška a Vacínová, 2011, s. 124). Jen v samotné Číně má být kolem roku 2050 až 330 miliónů lidí nad šedesát pět let, pro srovnání v roce 2008 žilo na celém světě asi 500 miliónů lidí starších šedesát pět let (demographic-research.org).

Z pohledu teorie demografické revoluce, jejíž fáze jsme popsali výše, vyspělé státy vstoupily do čtvrté fáze, kdy dochází ke stárnutí populace, kdežto rozvojové země vstupují teprve do fáze druhé, která má za následek nárůst počtu obyvatelstva a jeho celkové omlazení (Mühlpachr, 2004, s. 31).

Tyto údaje jsou o to naléhavější, pokud uvedeme srovnání, kdy v roce 2013 připadlo na 100 dětí 113 seniorů, podle odhadu ČSÚ bude za 50 let, tedy v roce 2063, připadat na 100 dětí 277 seniorů. K uvedenému datu by měl tento poměr vrcholit, ovšem úroveň, kdy bude 2,5krát více seniorů než dětí, by měla trvat po celou druhou polovinu století. Z tohoto důvodu je nutné učinit změny v nastavení ve společnosti, a především pak v sociálním systému, neboť pokud by zůstal nastaven tak, jak je nyní, není schopen tuto situaci v žádném případě zvládnout. Nejen, že bude málo lidí, aby se postarali o seniory, ale pečující populace bude starší, než je dnes (Čevela, Kalvach a Čeledová, 2012, s. 84; czso.cz).

Se stárnutím populace jde ruku v ruce vymírání populace. „Aby se evropská populace udržela, musela by mít každá plodná dvojice 2,1 dítěte. Přitom má ale jen 1,51 dítěte.“ (Koukolík, 2014, s. 115) Toto řešení se zdá být velmi jednoduché, ovšem jak uvádí Rabušic (1995, s. 134-135), je tento způsob řešení nerealizovatelný, neboť jak mnohé zkušenosti ukázaly, neexistuje způsob, jak přimět lidi (tedy ty, kteří mají nízké počty dětí), aby zvýšili svoji porodnost. Do budoucna se tedy budeme muset vypořádat s možností populačního úbytku. Snižování porodnosti je dáváno také do přímého kontextu s finanční podporou mladých rodin a předpokládá další pokles úhrnné porodnosti v České republice na úroveň 1,4 dětí na jednu ženu (Kocourková, 2010, s. 178).

V roce 2050 bude v České republice žít asi půl milionu občanů ve věku nad 85 let (v roce 2006 to bylo 101 718 osob) a téměř 3 miliony osob starších 65 let. Naděje na dožití při narození v roce 2050 bude 78,9 let, v roce 2006 je 73,4 let (Pyšná a kol., 2009, s. 9).

V zemích Evropské unie se v následujících desetiletích očekává nárůst počtu nesoběstačných seniorů. V České republice za zhruba 50 let stoupne jejich celkový počet o 429 tisíc, což je víc jak 2,5krát větší nárůst (Prudká, 2015, s. 52).

1.4 Stáří a stárnutí ze sociologického pohledu

Sociologický slovník rozlišuje stáří jako časový úsek, který uplynul od vzniku organismu či člověka, a stáří jako poslední fázi životního cyklu (Jandourek, 2007, s. 237).

Pojem stárnutí má dvě základní podoby stárnutí populace jako demografický proces a stárnutí jedince jako důsledek biologické změny, která má široké sociální ekonomické a další souvislosti. V sociologickém pohledu jsou tyto dva fenomény velmi silně propojeny, protože stárnutí jedince (jeho jedinečná zkušenost) je ovlivněno sociálním pojetím stáří, kolektivním vnímáním stárnutí jako určité specifické životní fáze, ke které se pojí určité sdílené očekávání a předpoklady – stáří je sociální, kulturně proměnlivý fenomén (Vidovičová a kol., 2013, s. 17).

V české společnosti se běžně pro označení starého člověka užívají pojmy důchodce, senior, zastaralé geront, ale i citově zabarvené babička a dědeček, a to i v případě, že se nejedná o příbuzné (Janiš a Skopalová, 2016, s. 32). Vymezit pojem senior je zdánlivě jednoduché. Senior je starší člověk, ale i označení pro nejstaršího, váženého člena nějakého společenství. Používá se také k rozlišení mladšího/staršího člena rodiny, pokud mají stejné jméno a příjmení (Haškovcová, 2012, s. 148). Starý člověk je charakterizován příslušností k věkové skupině definované dosažením věku 60 až 65 let. Je tak spojován se sociálním statutem důchodce, tedy člověka neaktivního a jsou u něj předpokládány zdravotní charakteristiky spojené s involucí. Jde o pohled postrádající snahu najít pozitivní hodnoty stáří a zapomíná na velké množství seniorů, kteří jsou aktivní až do vysokého věku (Matoušek a kol., 2005, s. 163).

Veřejno-právní gerontologická politika je celý komplex opatření k zajištění přiměřené úrovně potřeb stárnoucí populace, patří tam zdravotní péče, podpora rodin pečujících o seniora, sociální pojištění, sociální bytová politika, školství pro třetí věk, podpora

společenského života v rovině státní, veřejnoprávní a regionální – krajské a obecní (Tomeš, 2011, s. 183).

Stáří je přirozené období lidského života, vztahované k životnímu období dětství, mládí a době zralosti. Je nutno zdůraznit, že stáří není nemoc, ale přirozený proces změn, které trvají celý život, ale víc zřetelné jsou až v pozdějším věku (Haškovcová, 1990, s. 58). Někdy se říká, že stárnutí začíná v momentě, kdy člověk dává v životě přednost událostem spojeným s jeho vnitřním světem před společenskými událostmi a osobní angažovaností v nich (Dienstbier, 2009, s. 33).

Období stárnutí a stáří je veřejností většinou chápáno jako etapa nemoci, nemohoucnosti a samoty a je spojeno s úpadkem a smrtí. Snahou celé společnosti by mělo být tyto postoje změnit (Žumárová a Balogová, 2010, s. 10). Jeden z důležitých faktorů při hodnocení úrovně a kvality lidské společnosti je, jak si její členové dokážou uctít stáří a postarat se o staré lidi (Šramo, 2012, s. 30). Péče o staré lidi, kteří se o sebe nemohou postarat sami, patří k morálním povinnostem těch, kteří jsou produktivní a zdraví. Tak tomu bylo po staletí u všech kulturních národů (Rheinwaldová, 1999, s. 10). Vždyť stárnout znamená růst a zrát a starý člověk je ten, který v daném společenství žije nejdéle a má mnoho životních zkušeností (Holmerová a kol., 2007, s. 16).

Stáří je nositelem hodnot a nositelem genové informace obsahující bohaté znalosti a zkušenosti. Společnost, která si to uvědomuje, je dlouhodobě ekonomicky a sociálně stabilnější. Senioři jsou někdy považováni za osoby, které jsou společenskou přítěží a hrozbou. Přínosnější by bylo, kdyby se navrátila mezigenerační soudržnost schopnost navzájem si naslouchat a komunikovat (Prudká, 2015, s. 9). V důsledku bio-psycho-sociálních změn však často dochází k vyčleňování starších lidí ze společnosti. Vznikají problémy s navazováním přátelských i partnerských vztahů (Dvořáčková, 2012, s. 14).

Stárnutí a stáří je ovlivněno i sociálními aspekty. Patří mezi ně především odchod do důchodu, který s sebou přináší změnu životního stylu i změnu ekonomické situace a ztrátu sociálních kontaktů (Klevetová, Dlabajová, 2008, s. 24). Stárnoucí lidé jsou ve svých životech spokojenější, pokud se angažují v různých sociálních rolích. Obvykle jsou nejspokojenější, pokud si mohou ponechat dosavadní životní styl a nic neměnit (Štikar, Voskovec, Šmolíková, 2007, s. 13).

Člověk má ve stáří omezené možnosti sociální integrace. Někdy to končí až sociální izolací a člověk pak pociťuje generační osamělost. To vše se ještě zhoršuje, pokud se senior musí

přestěhovat. Strach z osamělosti, nesoběstačnosti a fyzická závislosti jsou největšími obavami spojenými se stářím (Malíková, 2011, s. 22). Průzkumy ukazují, že senioři se cítí odtrženi a že ztrácejí pocit sebedůvěry a víry ve vlastní život. Mnoho sociologů hodnotí naši civilizaci jako zaměřenou na výkon a následný výdělek (Klevetová, Dlabajová, 2008, s. 48).

1.5 Dělení stáří

Lidský život a jeho délka je zkracována různými příčinami, jako jsou nemoci, úrazy, nepřiměřený životní způsob, dále vlivy vnějšího prostředí, ke kterým se řadí náročnost a nebezpečnost. Senioři se mezi sebou liší věkem, zdravotním a funkčním stavem, stylem života, vzděláním, rodinným zázemím, zájmy, koníčky, osobnostními rysy a představami o životě. Skupina seniorů je heterogenní (Čeledová a kol., 2016; Čevela a kol., 2012).

Ve členění stáří se obvykle užívají tři kritéria. První je kalendářní věk, dále biologické parametry a sociální status. Pojem biologický věk zahrnuje konkrétní míru involučních změn u jedince, které probíhají na fyziologické úrovni. Změny jsou nevratné, projevují se poklesem výkonnosti, změnami postavy, chůze, vlasů atd. Sociální věk je dán změnou v sociálních potřebách a rolích, dále sociálními zkušenostmi a sociálním statutem. Počátek sociálního stáří je odchod do důchodu (Čeledová a kol., 2016; Čevela a kol., 2012; Klevetová, 2017).

V poslední době se podle Mühlpachra (2004, s. 21) uplatňuje toto členění: 65 – 74 let mladí senioři (dominuje problematika adaptace na penzionování, volného času, aktivit, seberealizace), 75 – 84 let staří senioři (změna funkční zdatnosti, specifická zdravotnická problematika, atypický průběh chorob), 85 a více let velmi staří senioři (na významu nabývá sledování soběstačnosti a zabezpečení).

U dlouhověkosti je biologický věk nižší než kalendářní. Progerie je opak dlouhověkosti, kdy biologický věk je vyšší než kalendářní. Střední délka života se zvyšuje, podíl na to má zlepšování zdravotního a funkčního stavu (Čeledová a kol., 2016; Čevela a kol., 2012; Klevetová, 2017).

Další členění kalendářního stáří se dělí na mladé seniory 65–74 let, staré seniory 75–84 let a velmi staré seniory 85 let a více. Využívá se ještě členění lidí starších 65 let na kategorii třetího věku, mají aktivní nezávislý život a kategorii čtvrtého věku, kde mají lidé funkční deficit a jsou odkázáni na pomoc druhé osoby (Čevela a kol., 2012).

2 PŘÍPRAVA NA STÁŘÍ

Stárnutí je projevem určitých biologických dějů, které nastávají v našem těle, není to jen pouhé plynutí času ani něco, co bychom nečekali, nemělo by nás nijak překvapit, že začínáme stárnout. Již od dětství jsme v kontaktu s okolím, ve kterém žijí jak děti, dospělí, tak i staří lidé. Není proto žádný důvod si myslet, že budeme navždy mladí a stáří se nás netýká. Prvním krokem je si uvědomit, že jednou budeme také staří a je jen na nás, jak se na tuto etapu připravíme. První z mnoha změn je odchod do důchodu a můžeme říct i pomyslný začátek stáří. Neznamená to doslova, že v den odchodu do důchodu začneme být staří, ale společností je tato událost takto vnímána. S odchodem do důchodu je spojená změna sociálního statusu a ve většině případů pokles životní úrovně z důvodu nižšího příjmu v podobě starobního důchodu, který v České republice není zrovna nejvyšší. Dalšími jsou například přicházející nemoci, zhoršující se zdravotní a funkční stav, ztráta blízkých a přátel. Ovšem toto období přináší i pozitiva v podobě velké míry volného času, svobody v plánování celého dne, možnosti trávit čas s vnoučaty nebo s přáteli, na které dříve díky práci nebyl čas a také se můžou lidé věnovat svým koníčkům nebo aktivitám. Přitom se nemusí jednat jen o ty, kterým se věnovali již dříve, ale můžou objevovat i nové. Zvláště na začátku tohoto období mají lidé ještě dostatek sil a energie a nemusí se příliš omezovat (Jaroščáková, 2016, s. 28).

Pokud se podíváme na statistiky, stále více lidí se dožívá vysokého věku. Ať už je to dáno lepším přístupem ke kvalitní lékařské péči, lepšími životními podmínkami, přístupem ke kvalitní stravě a nezávadné vodě nebo čímkoliv jiným, tuto skutečnost musíme zohlednit v přístupu k našemu životu. A nejen my, ale i vlády všech států, neboť tento fenomén, ač se týká především rozvinutých zemí, se brzy objeví ve velkém měřítku i v rozvojových zemích. Podle výzkumů se naděje dožití u lidí žijících v Evropě a Severní Americe každým rokem prodlužuje o tři měsíce (Schirmacher, 2005, s. 22).

Šimíčková Čížková (2003) upozorňuje, že podle současné gerontologie je příprava na stárnutí a stáří velmi důležitá. Poznatky odborníků ukazují, že je nutné poskytnout stárnoucí populaci informace o zdravotnické a sociální problematice stáří včetně informací týkajících se sociálního zabezpečení ve vztahu k důchodovému pojištění. Člověk by měl být připraven na vše, co stáří přináší a naučit se jej spokojeně prožívat.

Na toto období se většina lidí těší, ovšem často jen do doby, než opravdu nastane okamžik, kdy už nemusí dále chodit do práce a můžou si užívat zaslouženého odpočinku. V tu chvíli

nastává zlom, kdy si uvědomí, že přijdou o podstatnou náplň dne. Neví, co s přemírou volného času, musí se vyrovnat se ztrátou sociálních kontaktů, které měli díky zaměstnání a často bývá problém i v rodinném prostředí, kdy se dělí o domácnost už jen s partnerem, se kterým ovšem nejsou zvyklí být celé dny, protože děti už „vylétly z hnízda“. I této stresové situaci se mohou lidé vyhnout včasnou přípravou. Ta by rozhodně neměla probíhat jen několik málo let, ale měla by kontinuálně probíhat po celý život.

2.1 Údobí přípravy na stáří

Podle časového úseku, který věnujeme přípravě na stáří, můžeme stanovit tři údobí. Příprava na stáří může být krátkodobá, střednědobá nebo dlouhodobá, při tomto dělení považujeme jako počátek stáří odchod do důchodu.

Dlouhodobá příprava na stáří probíhá u člověka celý život. Oproti dnešní době, byla v minulosti úcta ke starým samozřejmostí, to bylo dáno především výchovou a soužitím několika generací pod jednou střechou. Není to ovšem jen úcta ke stáří, ale patří zde i uvědomování si sebe sama, schopnost ztotožnění se se starými lidmi, uvědomění si, že každý člověk stárne a jednou bude i on starý. Pokud jsou vnoučata v kontaktu se svými prarodiči, lépe si najdou cestu ke stáří, dokážou porozumět jejich problémům a vidí, jaké stáří je. Převzít zodpovědnost za vlastní život je snazší, když můžou všechny aspekty života vidět na vlastní oči, prožít si je, než aby se k nim informace dostaly jen zprostředkovaně například z médií nebo z vyprávění (Haškovcová, 2010, s. 174).

Střednědobá příprava na stáří je období přibližně deset let před odchodem do důchodu. Ač se může zdát, že je to předčasné, neboť v tomto období bývá člověk na vrcholu své kariéry, je při plné síle a důchod se může zdát ještě daleko, již by měl začít přemýšlet nad tím, jak bude trávit volný čas po odchodu do důchodu, pokud už nebude pracovat. Je důležité si uvědomit postupné ubývání sil, a to nejen fyzických, ale i psychických, které jsou potřeba k výkonu profese. Samozřejmě v každé profesi je poměr těchto sil různý, ale s přibývajícím věkem ubývají, a to se projeví nejen při výkonu profese, ale i při provozování koníčků. V tomto období musí také člověk udržovat sociální kontakty, navazovat nové nebo obnovovat staré. Zde jsou myšleny nejen dobré rodinné vztahy, ale i vztahy s přáteli nebo kolegy, které by měly pokračovat i po odchodu do důchodu (Haškovcová, 2010, s. 174-175).

Krátkodobá příprava na stáří zahrnuje období 3 až 5 let před plánovaným odchodem do důchodu. V tomto období je již potřeba podniknout konkrétní kroky k usnadnění života v pozdějším věku. Mezi nejzásadnější patří bezesporu výměna bydlení. K tomuto kroku vedou

různé důvody. Bydlení může být příliš velké, nachází se v patře bez výtahu, je příliš daleko od obchodu nebo je například špatná dostupnost městské veřejné dopravy. Je nutné si uvědomit, že čím je člověk starší, tím jsou pro něj změny těžší a často zvláště psychicky náročnější. Právě výměna nebo úprava bydlení je citelnou změnou, ovšem výhody, které může nalezení přístupnějšího bytu přinést, tím můžou do budoucna mnoha trápením předejít. Důležitým bodem je také vytvoření finanční rezervy na stáří, dokud je člověk výdělečně činný, neboť z důchodu většinou není možné příliš mnoho naspořit (Haškovcová, 2010, s. 176-178).

Přípravu na stáří můžeme pojmut z mnoha pohledů. V dnešní konzumní společnosti jsou lidé závislí na financích více než dříve. Finance jsou faktorem, který hraje významnou roli v kvalitě a ve způsobu života nejen v produktivním věku, ale i ve stáří. Seniori nežijí jako v dřívějších dobách v rodinném kruhu, kde měli zajištěnu péči a oporu. Musí se spoléhat převážně sami na sebe a na podporu státu. I když jsou ve společnosti tendence, aby se „děti“ v produktivním věku více zapojovaly po podpory svých rodičů, jsou tyto snahy ponechány na rozhodnutí každého jednotlivce.

Z výše uvedeného vyplývá, že stáří a stárnutí jsou vysoce individuálními údobími, proces stárnutí je zákonitý a každý z nás prochází jinými změnami v jiném čase. Pravděpodobnost, že ve stáří prožijeme delší údobí života, se zvyšuje, a proto bychom se měli na stáří připravovat v rodině i ve společnosti, která může a měla by starému člověku pomáhat (Haškovcová, 2010).

2.2 Finanční zajištění na stáří

Velmi důležitým faktorem, který do značné míry ovlivňuje to, jak lidé žijí, jsou finance. Finanční stránka „Peněžní prostředky jsou považovány za důležitou součást individuálních zdrojů, na nichž závisí kapacita jedinců kontrolovat svoji životní situaci. Definování osobní autonomie seniory právě prostřednictvím kategorie finanční soběstačnosti naznačuje, že jsou takto i staršími lidmi vnímány“ (Sýkorová, 2007, s. 119).

Životní úroveň během aktivního života může většina pracujících lidí ovlivnit. Především tím, jaké si zvolí povolání, jak jsou úspěšní, kolik mají k dispozici financí, jak dokážou s financemi hospodařit. Jakmile však lidé dosáhnou důchodového věku a odejdou do penze, možnosti jsou s postupujícím věkem stále omezenější. V prvních letech mnoho „mladých“ důchodců pracuje. Často pracují, aby mohli podporovat děti nebo vnoučata nebo aby si přilepšili na stáří. S přibývajícím věkem však dochází k úbytku sil, starší lidé již nejsou tak

pružní, aby mohli stačit pracovnímu tempu mladších pracovníků. Také s postupem nových technologií, které jsou mnohdy i pro mladší pracovníky náročné, je pro straší pracovníky těžké udržet krok a pro zaměstnavatele se stávají nezajímavými (Jaroščáková, 2016, s. 31).

Jak Janda (2012, str. 41) uvádí, lidé začínají přemýšlet o zajištění na stáří až po dosažení 55 roku života, což je pozdě. Plánovat by měli lidé začít ihned po začátku aktivního života. Doslova již z první výplaty by měla část jít na spoření na důchod. Tak, jako je samozřejmostí mít finanční rezervu, mělo by být samozřejmostí spoření na důchod. Čím je člověk mladší, tím nižší částku může spořit, neboť důchod je za delší dobu. S blížícím se důchodem tato částka stoupá. Jako všechny státy, kterých se stárnutí populace týká, i vláda České republiky zavádí opatření, která reagují na tyto změny. Reformy důchodového systému nepatří mezi lidmi k oblíbeným, velkou diskuzi vyvolalo již jen zvyšování rozhodného věku pro odchod do důchodu. V každém případě, ač nejsou populární, jsou nezbytné a nevyhnutelné.

2.3 Mezigenerační vztahy a význam rodiny v životě seniora

Touto kapitolou bychom rádi upozornili na důležitost dobře fungujících mezigeneračních vztahů. Rodina našťestí je stále i v dnešní době pro velké množství lidí tou nejdůležitější hodnotou. Osoby v důchodovém věku potřebují mít také pocit lásky a podpory, možná i o něco více, než mladší generace (Tučková, 2015, s. 15).

Podle občanského zákoníku (§ 915) je dítě povinno zajistit svým rodičům slušnou výživu. To obecně znamená, že se dítě musí postarat o své rodiče, pokud nejsou schopni se o sebe postarat sami, nebo je jejich důchod tak nízký, že nestačí k pokrytí základních potřeb. V případě, že vyživovací povinnost je uplatňována vůči prarodičům, jedná už pouze o povinnou výživu. Na druhou stranu však neznamená, že by si rodiče mohli soudně nárokovat luxus, jde o zajištění důstojného života, který by však měl být automaticky zajištěný odpovědností a slušností mezi generacemi. Velmi často, ale rodiče své děti o pomoc nepožádají, protože se jednak stydí, obávají se narušení vztahů v rodině a také stále v ČR přetrvává pocit, že rodiče a prarodiče mají pomáhat svým dětem a vnukům, nikoli obráceně. O rodiče či prarodiče se musejí postarat všechny děti. Nikoli však rovným dílem, ale podle svých schopností a možností. Když se na odpovídajícím poměru nedomluví, konkrétní výši příspěvku pro každého z potomků určí soud. V okamžiku, kdy pomoc žádá rodič, který se sám o děti nestaral, týral je a podobně se mohou potomci vyživovací povinnosti vyhnout. Pak by totiž bylo výživné v rozporu s dobrými mravy (FAEI.cz).

Mezilidské vztahy ve stáří se nijak významně nemění. Postupně s přibývajícím věkem se prohlubuje závislost na rodině, mnohé psychické potřeby starého člověka uspokojuje kontakt s dětmi a vnoučaty. V manželství spolu manželé tráví mnohem více času, manželský partner se stává hlavním zdrojem pocitu bezpečí a jistoty, sounáležitosti a sdílení života. Ovdovění vede k pocitům opuštěnosti a ke zvýšení pocitu osobní bezvýznamnosti (Rosławski, 2005, s. 5-9).

„Ve své celoživotní roli rodičů i dřívějších rolí dětí svých rodičů každý z nás zakládá a konkretizuje své pojetí stáří, vytváří model svým dětem, právě v rámci své rodiny. Vztahy vzájemné pomoci mohou být pěstovány mezigeneračně i mezi naprosto cizími lidmi. Mezi generacemi příbuzných je vhodné po celý život pěstovat vztah blízkosti“ (Farková, 2009, s. 116).

Kraus (2008, s. 79,82) říká, že rodina nadále zůstává nejdůležitější institucí v životě člověka. Je nezastupitelná v předávání hodnot z generace na generaci. Má své nezastupitelné místo především v životě dítěte, které připravuje a ovlivňuje pro další životní období, ale i v životě dospělých členů rodiny. Dále také konstatuje, že v současné rodině žijí vedle sebe i tři generace, takže vzrůstá socializační vliv na rodiče a prarodiče i ze strany svých potomků. Souhlasíme s názorem odborné veřejnosti, podle které mají rodinné vztahy hlubší význam s postupným stárnutím člověka.

Rodina je v péči o nesoběstačného starého člověka nezastupitelná. Pokud může pečovat – má podmínky pro péči, chce pečovat – má dobrou vůli, a umí pečovat, je to pro nesoběstačného seniora to nejlepší řešení, protože může zůstat doma se svými blízkými (Zavázalová a kol., 2001, s. 52).

Další významnou pomoc a podporu poskytuje stát. Obecně se jedná o finanční pomoc a podporu formou nejrůznějších příspěvků a dávek. Mluvíme tedy o dávkách důchodového pojištění, sociálních dávkách, k jejichž přiznání je nutné splňovat stanovené podmínky. Takových dávek je celá řada, například příspěvek na bydlení a dávky pomoci v hmotné nouzi, které se dále dělí na příspěvek na živobytí, doplatek na bydlení a mimořádnou okamžitou pomoc. V neposlední řadě a často využívanou dávkou je příspěvek na péči. Pro seniory se zdravotním postižením existují také další sociální dávky a průkazy mimořádných výhod, známé jako TP, ZTP a ZTP/P. O výše uvedené dávky se žádá na Úřadu práce, proto doporučujeme obrátit se přímo na Úřad práce v místě bydliště a poradit se s pracovníky v návaznosti na konkrétní životní situaci, na jaké dávky může mít senior nárok. Orientovat se v systému státní sociální pomoci a dalších nepojistných dávek není jednoduché.

Informace poskytnou obecní úřady v místě bydliště, poradny pro seniory, kluby seniorů atd. (neztratitsevestari.cz).

Senioři zpravidla dávají přednost samostatnému životu, ale uvítají, pokud jejich blízká rodina nebydlí příliš daleko. Přikláníme se k názoru Říčana (2004, s. 358-359) který říká, že přáním většiny seniorů je, aby ve vyšším věku nezůstali osamoceni. Proto by se člověk s přibývajícím věkem měl snažit o utužování rodinných svazků. I když dnešní styl života rozložil tradiční soudržnost rodu, stále platí, že staří potřebují mladé a mladí staré.

3 DŮCHODOVÁ POLITIKA

Důchodový systém každého státu vychází především z hospodářských a finančních možností dané společnosti v dané etapě jejího vývoje. K rozdílům v konstrukci podmínek nároku na starobní důchod vede především rozdílné pojetí starobního věku, míra nezaměstnanosti a také historický kontext vývoje zabezpečení starých lidí v jednotlivých státech (Minaříková, 2011, s. 24). Jak uvádí Gregorová, Galvas (2000, s. 137): „Pro současnou českou úpravu stanovení důchodového věku je typické postupné jeho prodlužování... Důvody takového prodlužování jsou především demografické, zejména stárnutí populace a jeho ekonomické důsledky na počátku 21. století.“

Důchodový systém v ČR je založen na tzv. průběžném financování vyplácených důchodů, tedy na principu, že produktivní část společnosti „vydělává“ i na seniory. Tento model je samozřejmě efektivní pouze tehdy, pokud se trvale nezvyšuje počet důchodců a je dostatek lidí v aktivním věku, kteří do systému platí. Demografický vývoj v ČR se však vyvíjí zcela opačně – starších lidí přibývá a aktivních plátců pojistného ubývá. V letech 2002 až 2004 připadalo na jednoho seniora (starších 65 let) 4,6 osob ve věku 20 – 64 let (tzv. produktivních osob). V roce 2022 byl tento poměr podle českého statistického úřadu pouze 2,9 produktivních osob na jednoho seniora. Neřešení této situace znamená stále vyšší deficit důchodového systému vedoucí k jeho kolapsu, nebo stále nižší důchody, anebo stále vyšší odvody s negativním dopadem na zaměstnanost (czso.cz).

Názory na užití jednotlivých nástrojů důchodové politiky nejsou jednotné. Celá důchodová politika je velmi diskutabilní. Jednotlivé přístupy přikládají důchodové politice různou váhu, určují různé nástroje a stanovují odlišné cíle (Hynková, 2010).

3.1 Důchodový systém ČR

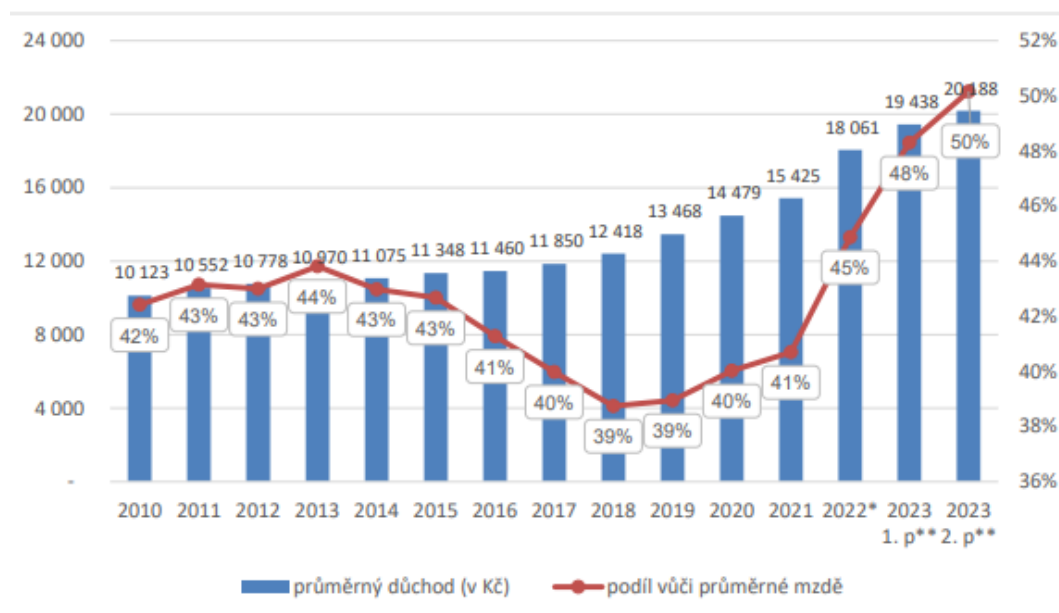
Český důchodový systém se v současné době skládá ze dvou pilířů. Prvním pilířem je povinné základní důchodové pojištění, dávkově definované (DB) a průběžně financované (PAYGO čili Pay-As-You-Go). Je univerzální a zabezpečuje všechny ekonomicky aktivní osoby, přičemž právní úprava je jednotná pro všechny pojištěnce. Odchytky existují pouze v oblasti organizačního a administrativního zabezpečení pro tzv. silové resorty (např. vojáci, policisté, hasiči, příslušníci Vězeňské stráže), nositelem důchodového zabezpečení zde není Česká správa sociálního zabezpečení, ale příslušné ministerstvo (Ministerstvo vnitra, Ministerstvo obrany, Ministerstvo spravedlnosti) (mpsv.cz).

Vedle toho existuje druhý pilíř dobrovolné doplňkové, příspěvkově definované (DC), kapitálově financované penzijní připojištění se státním příspěvkem. Podle terminologie EU lze toto připojištění považovat ze třetí pilíř důchodového systému (Siostrzonek, 2006).

Součástí třetího pilíře jsou i produkty komerčních pojišťoven – zejména životní pojištění. Tento pilíř nespadá pod Ministerstvo práce a sociálních věcí, ale je v působnosti Ministerstva financí (mpsv.cz).

V členských státech EU stále více zaváděný druhý pilíř kapitálového financování (zaměstnavatelské penzijní systémy) v českém důchodovém systému zatím neexistuje (mpsv.cz).

Úroveň průměrného starobního důchodu k průměrné čisté mzdě postupně klesala, ze 42 % v roce 2010 na 39 % v roce 2018. V roce 2023 tato úroveň vzrostla až na 50 % (viz. Graf č. 3).



Graf 3 Vývoj výše průměrných důchodů a srovnání s průměrnou mzdou

Zdroj: (Tisková zpráva MPSV, 2023, s. 2)

Dlouhodobým záměrem je pak udržet celkovou míru náhrady předdůchodových příjmů s tím, že dojde pravděpodobně k poklesu této náhrady ze základního důchodového pojištění, který by měl být vyrovnán rostoucí mírou náhrady ze soukromých důchodových systémů.

3.2 Financování důchodového systému v ČR

Jeden z nejdůležitějších faktorů důchodového systému je jeho financování, díky kterému je systém udržitelný a stabilní. M. Kaše (2021) popisuje dva typy financování:

- Průběžné financování – mladší generace vydělává důchodcům z předchozí generace, kdy jsou jim dané příspěvky ihned vypláceny. Hovoří se o mezigenerační solidaritě. Tento typ je závislý především na lidech v produktivním věku a porovnává je s lidmi pobírajícími důchod, tedy na základě výsledného výpočtu pracujících versus pobírající se řeší, zda je třeba případný schodek nutný dorovnávat ze státního rozpočtu, tedy není zde žádná finanční rezerva.
- Fondové financování – v tomto případě se jedná o privatizaci důchodového systému, kdy příspěvky se připisují na individuální penzijní účty nebo na penzijní podílové fondy. Tento systém je spojován s individuálními úsporami a kolektivním investováním. Fondové financování čelí kritice z rizika investování a následného zpronevěření, jako to bylo v příkladu Roberta Maxwella. I přesto k tomuto M. Kaše argumentuje, že se zapomíná na to, že důchodový systém, který je stavěn na základě průběžného financování, může být vystaven rizikům, a to například politickým, demografickým nebo rizikům na trhu práce. S tímto argumentem se dá souhlasit, jelikož hlavním faktorem může být především nynější zadlužování státu, které má pak důležitou roli ve financování důchodového systému.

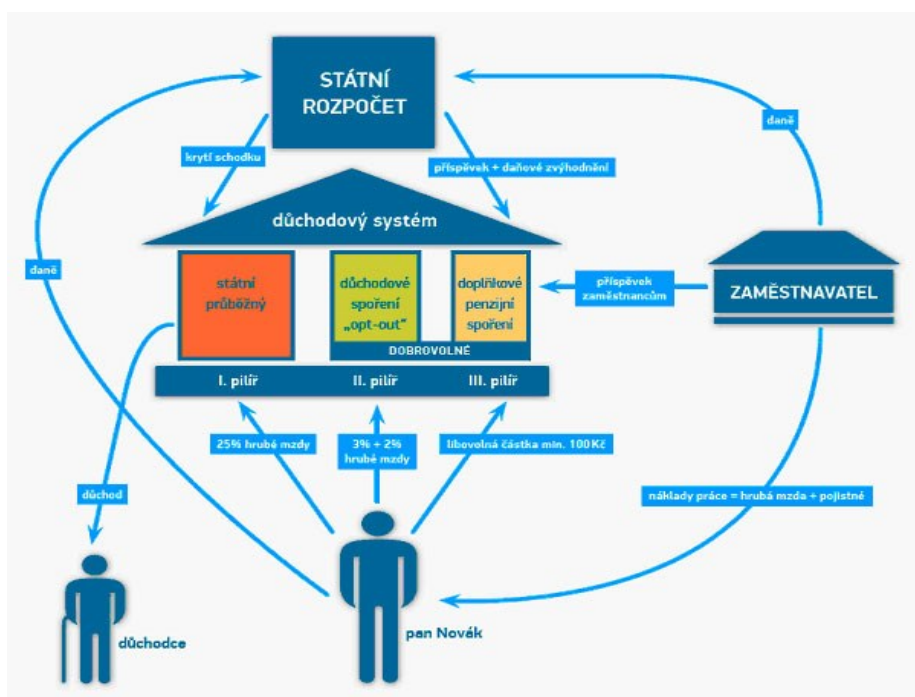
Jeví se zde i existence kombinování těchto modelů. V případě rozdělování finančních prostředků z důchodových systémů formou důchodových a penzijních dávek existují:

- Příspěvkově definované systémy – výše příspěvků je určena a částky, které jsou vyplácené, mohou být pohyblivé.
- Dávkově definované systémy – výše vyplácené částky je určena a hrazené příspěvky mohou být pohyblivé.
- Hybridní dávkově definovaný systém – výše dávek se mění dle výše zisku investovaného kapitálu.
- Smíšený dávkově definovaný systém – kombinuje příspěvkový a dávkový systém (Kaše, 2021, s. 200).

Používaný je i průběžně financovaný příspěvkový důchodový systém, který připisuje a vede virtuálně výše příspěvků na účet každého pojištěnce s tím, že reálné finanční prostředky jsou využívány na průběžné financování důchodu. Výhodou je automatické stabilizování, v určitých mezích, bilance důchodového systému v souvislosti s růstem průměrných mezd a průměrné důchodové dávky (Pokorný, 2022, s. 28).

Důchodový systém České republiky je založen na povinném základním důchodovém pojištění podle zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů. Dále na doplňkovém penzijním spoření podle zákona č. 427/2011 Sb., které od roku 2013 nahradilo penzijní připojištění se státním příspěvkem podle zákona č. 42/1994 Sb. Součástí dobrovolných doplňkových systémů jsou i produkty komerčních pojišťoven – zejména životní pojištění (mpsv.cz).

Český systém důchodového pojištění (viz. Obrázek č. 1) se dnes skládá ze dvou pilířů. Prvním je základní důchodový systém, druhý tvoří důchodové připojištění, tedy podle systematiky a terminologie zemí evropských náš systém tvoří I. Pilíř a III. Pilíř. Onen II. pilíř v klasickém pojetí, tedy založený primárně na aktivitách zaměstnavatelů a zaměstnanců, chybí (Siostrzonek, 2006).



Obrázek 1 Důchodový systém

Zdroj: Základní informace | Důchody | Ministerstvo financí ČR – proč se finančně vzdělávat? (mfcz.cz, 2015).

Prvním programovým dokumentem pro sociální oblast byl tzv. Scénář sociální reformy, který byl předložen Federálnímu shromáždění v září 1990 a navazoval na tradice Československa v meziválečném období. Krátce po skončení druhé světové války byl tento koncept inspirován tzv. Bismarckovským modelem klasického sociálního pojištění v kombinaci s prvky Beveridgeova konceptu sociální pomoci. Navržený koncept zahrnoval korporátní prvky a jednou z priorit bylo vytvoření Fondu penzijního pojištění. V oblasti správy a financování důchodového systému koncept počítal s vybudováním nové správy sociálního zabezpečení, což měl být samostatný systém se samosprávnými prvky. Financování mělo být odděleno od státního rozpočtu a měl být zřízen speciální fond (Halíř, 2018, s. 82).

Z původních záměrů byl však přijat pouze zákon č. 589/1992 Sb., o pojistném na sociální zabezpečení, podle něhož bylo pojistné na důchodové pojištění příjmem státního rozpočtu.

Dnešní financování tak kombinuje v podstatě dva způsoby financování, a to financování ze státního rozpočtu a průběžné financování příspěvků určených subjektů, ze kterých však není vytvářen samostatný fond nezávislý na státním rozpočtu (Siostrzonek, 2006, s. 53).

Snaha oddělit financování důchodového systému od státního rozpočtu pokračovala novelizací citovaného zákona č. 589/1992 Sb., o pojistném na sociální zabezpečení, konkrétně jeho § 2 „Pojistné na důchodové pojištění se vede na samostatném účtu státního rozpočtu a v zákonu o státním rozpočtu se uvádí jako samostatná položka příjmů státního rozpočtu“.

Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, nabyl účinnosti dnem 1. ledna 1996, nicméně od té doby byla přijata řada legislativních změn – většina z nich směřující k úpravě parametrů tak, aby byla zabezpečena finanční udržitelnost důchodového systému při zachování adekvátní úrovně dávek. V roce 2023 byl přijat Zákon č. 71/2023 Sb., kterým se mění zákon č. 155/1995 Sb. o důchodovém pojištění (mpsv.cz).

3.3 První pilíř – průběžné financování ze státního rozpočtu za účasti povinného pojištění či daně

Průběžný systém vychází z principu mezigenerační solidarity, ve kterém občané v produktivním věku přispívají, buď sami, nebo i prostřednictvím svých zaměstnavatelů, do důchodového systému a z těchto vybraných peněz jsou pak financovány důchody stávajících důchodců, přičemž se předpokládá, že důchody těchto občanů při dosažení důchodového

věku či v případě invalidity budou opět financovány z peněz nové mladší generace. V naprosto ideálním případě by mělo být vypláceno na důchodech to, co se vybere, což ovšem je v praxi téměř vyloučeno, a to zejména v současné době, kdy dochází k prodlužování průměrného věku dožití a na druhé straně pak k výraznějšímu poklesu natality zejména ve vyspělých zemích. Základní výhodou tohoto systému je skutečnost, že nemůže dojít k jeho krachu či k jeho defraudaci. Nespornou výhodou tohoto systému je také fakt, že je dostupný pro nízkou příjmovou skupinu a podporuje tak efektivní boj proti chudobě. V rámci tohoto systému také více převládá princip solidarity před principem zásluhovosti, a proto není příliš výhodný pro skupiny občanů s vyššími příjmy. Základní nevýhodou tohoto systému je stárnutí populace a jeho narůstající deficit. Tento deficit je pak třeba určitým způsobem řešit, např. úpravou příslušných parametrů důchodového systému – viz dále, nebo pak dotováním tohoto systému z jiných zdrojů (Hrdý, 2016, s. 18).

První důchodový pilíř je pro každého občana České republiky povinný. Každý občan ČR, v produktivním věku, odvádí státu 28 % své hrubé mzdy, resp. u osob zaměstnaných odvádí 6,5 % přímo zaměstnanec a 21,5 % zaměstnavatel, osoby samostatně výdělečně činné (OSVČ) odvádí celých 29,2 % samy. U prvního pilíře je také zachován současně princip zásluhovosti a princip solidarity. Tyto principy spočívají v tom, že s vyššími odvody na důchodovém pojištění se zvyšuje i důchod dané osoby (princip zásluhovosti), ale s vyšším příjmem dané osoby se důchod zvyšuje pomaleji (princip solidarity) (cssz.cz, 2024).

3.4 Druh pilíř – důchodové spoření

Druhý pilíř je založen na principu kolektivního pojištění, je většinou dobrovolný a nedosahuje univerzálního rozsahu základního systému (Gregorová, 1998). Jde o systém spjaté se zaměstnáním nebo výkonem profese a bývá fondově financovaný (Cipra, 2012). Příspěvky zaměstnanců a zaměstnavatelů vytváří nestátní fond, jehož prostředky jsou kolektivně investovány a následně použity k financování penzí (Gregorová, 1998). Možnost sjednání druhého pilíře přinesla velká důchodová reforma přijetím zákona č. 426/2011 Sb., o důchodovém spoření. Dobrovolné spoření spočívalo v částečném dobrovolném vyvázání se z povinného průběžného důchodového systému přesměrováním 3 % z vyměřovacího základu do důchodového spoření za podmínky, že účastník přidá další dvě procenta ze svého. Do důchodového spoření mohli poprvé účastníci vstupovat od ledna 2013. Počet účastníků ve druhém pilíři nepřekročil 90 000, proto byl systém zákonem č. 163/2013 Sb. uzavřen a od

1. července 2015 již nikdo další vstoupit nemohl. Nakonec byl zákon o důchodovém spoření zrušen zákonem č. 376/2015 Sb. s účinností 1. ledna 2016 (Vopátek, 2016).

3.5 Třetí pilíř – doplňkové penzijní připojištění se státním příspěvkem

Jediným v současnosti existujícím doplňkovým důchodovým systémem je doplňkové penzijní spoření regulované zákonem č. 427/2011 Sb. účinným od 1. 1. 2013. Tento systém je koncipován specificky, nelze jej jednoznačně zakomponovat do výše uvedené troj pilířové struktury. Vzhledem k občanskému principu, na kterém je penzijní připojištění v ČR založeno, jej lze charakterizovat jako systém spadající do třetího důchodového pilíře (byť s prvky pilíře druhého, neboť je v určité míře připuštěna i možnost zaměstnavatele podílet se na penzijním připojištění, které si sjednali jeho zaměstnanci). Před rokem 2013 existoval na podobné bázi systém penzijního připojištění se státním příspěvkem regulovaný zákonem č. 42/1994 Sb. Původní penzijní připojištění však zcela nezaniklo, ale právní vztahy vzniklé na základě smluv uzavřených podle předchozí právní normy (do konce roku 2012) zůstaly zachovány a mnohé z nich jsou platné až do současnosti. V ČR se neuplatňuje zaměstnanecký (profesní, odvětvový) princip založený na vztahu penzijní instituce – zaměstnavatel – zaměstnanec, tj. v ČR není zavedeno klasické zaměstnanecké penzijní připojištění, tedy druhý pilíř tak, jak je definován výše v popisu důchodových pilířů. Účelem penzijního připojištění i doplňkového penzijního spoření je shromažďování a umístování prostředků účastníka, příspěvků placených za účastníka jeho zaměstnavatelem a státních příspěvků do účastnických fondů obhospodařovaných penzijní společnostmi a vyplácení dávek. Oba tyto systémy jsou založeny na občanském (individualistickém) principu, tj. na vztahu penzijní společnost – fyzická osoba. Lze konstatovat, že právní vztahy v oblasti doplňkových systémů jsou založeny na soukromoprávní bázi, současně se však objevují výrazné veřejnoprávní aspekty, neboť smluvní volnost je v mnoha ohledech limitována řadou kogentních ustanovení právních předpisů (Skripta MPSV, 2023, s. 6).

Pro doplňkové důchodové systémy v České republice jsou charakteristické principy:

- dobrovolnost – nikdo není nucen, aby do III. pilíře vstupoval,
- převoditelnost – po smrti účastníka je možné naspořené prostředky převést na jinou osobu v rámci dědického řízení,
- dlouhodobost – spoření v tomto případě je dlouhodobým procesem, který ale lze předčasně ukončit,

- bezpečnost – stát uděluje penzijním společnostem povolení k činnosti, tedy i nad nimi dohlíží a stanovuje pravidla pro jejich hospodaření,
- finanční podpora státu – stát přispívá měsíčně účastníkovi finanční částkou do fondu ze státního rozpočtu, a to dle účastníkova vkladu,
- účast třetích osob – znamená to, že na přispívání do fondu se může účastnit i někdo jiný než konkrétní účastník, kdy na jeho jméno je spořeno např. rodičem, zaměstnavatelem apod. (Pokorný, 2022, s. 60).

V doplňkových penzijních systémech se uplatňuje princip fondového financování („funding“). Jde o model podobný běžnému spoření, který je založen na platformě absolutní zásluhovosti. Příspěvky účastníků nebo jiných subjektů jsou odváděny do kapitalizovaného fondu, v němž jsou obvykle dlouhodobě vázány; evidují se na individuálních účtech účastníků a ti tak mají v každém okamžiku přehled o nominální hodnotě svého podílu. Správce takto shromážděných prostředků, tedy penzijní společnost (subjekt odlišný od státu), se snaží o jejich zhodnocení formou investování. Předpokladem nároku na plnohodnotné finanční plnění je splnění podmínek sjednaného penzijního plánu. Z hlediska relace mezi výší vyplácených dávek a výší odváděných příspěvků se v případě doplňkových penzijních systémů jedná o model příspěvkově definovaný („defined contribution“). Východiskem je zde výše příspěvku účastníka (určená pevnou částkou dle jeho vlastní úvahy). Plnění ze systému je poskytováno buď jednorázově, nebo pravidelně, a jeho rozsah je přímo závislý na úhrnné výši odvedených příspěvků a na tom, jak se je správci podařilo zhodnotit (Skripta MPSV, 2023).

Prostředky účastníka doplňkového penzijního spoření lze čerpat pouze některým ze zákonem stanovených způsobů (ust. § 19 a násl. zákona č. 427/2011 Sb.), tedy v podobě výplaty následujících dávek:

- starobní penze na určenou dobu
- invalidní penze na určenou dobu
- jednorázové vyrovnání
- odbytné
- úhrada jednorázového pojistného pro doživotní penzi,

- úhrada jednorázového pojistného pro penzi na přesně stanovenou dobu s přesně stanovenou výší důchodu (MPSV, 2023).

V rámci doplňkového penzijního spoření jsou prostředky účastníků umístěny v účastnických fondech a spravuje je penzijní společnost, které bylo uděleno příslušné oprávnění, a to na základě splnění zákonem stanovených podmínek (zákon č. 427/2011 Sb.). Penzijní společnosti působící ve třetím pilíři se může stát pouze akciová společnost se sídlem na území České republiky, které disponují povolením k činnosti penzijní společnosti uděleným ze strany ČNB, a jejíž počáteční kapitál je alespoň 50 milionů Kč. Tento kapitál musí společnost průběžně udržovat ve výši přiměřené prostředkům účastníků. ČNB vykonává také dohled nad penzijními společnostmi a je též oprávněna přijímat opatření k nápravě. V současné době poskytuje doplňkové penzijní připojištění těchto devět společností (mfcz.cz, 2023):

- Allianz Penzijní společnost,
- Conseq penzijní společnost, a.s.,
- Česká spořitelna – penzijní společnost,
- ČSOB Penzijní společnosti, a.s.,
- Generali penzijní společnost,
- NN penzijní společnost,
- KB – penzijní společnost, a.s.,
- Renta penzijní společnost, a.s.
- UNIQA penzijní společnost, a.s.

U každé ze zmíněných penzijních společností najdeme více účastnických fondů s různými investičními strategiemi (duchodovareforma.cz).

Zákon č. 427/2011 Sb. také umožňuje využití institutu předdůchodu. Pro užití tohoto institutu je třeba:

- dosáhnout spořicí doby nejméně 60 kalendářních měsíců,
- dosáhnout věku o pět let nižší, než je věk potřebný pro vznik nároku na starobní důchod z I. pilíře ze státního důchodového pojištění,

- mít naspořenou dostatečnou částku, tak aby měsíční splátka penze činili alespoň 30 % průměrné mzdy,
- aby penze byla vyplácena nepřerušovaně alespoň po dobu dvou let (Pokorný, 2022, s. 60)

Předdůchod a předčasný starobní důchod není to samé, a proto je třeba si ukázat rozdíly mezi nimi:

Tabulka 1 Rozdíly mezi předdůchodem a předčasným starobním důchodem

Předdůchod	Předčasný starobní důchod
Odchod nejdříve 5 let před nárokem na řádný starobní důchod z I. pilíře.	Odchod nejdříve 3 roky před nárokem na řádný starobní důchod z I. pilíře, popř. o více než 3 roky, ale nejdříve v 60 letech.
Doba pobírání bude pro potřeby stanovení osobního vyměřovacího základu pro důchod z I. pilíře považována za dobu vyloučenou, tzn., že starobní důchod nebude krácen.	Trvalé krácení výplaty důchodu za každých 90 kalendářních dnů + započaté dny, o které odešel žadatel dříve před dovršením důchodového věku.
Poživatel může být výdělečně činný bez omezení, pečovat o osobu závislou či požádat o předčasný důchod.	Poživatel nemůže vykonávat výdělečnou činnost, která zakládá účast na sociálním pojištění, a to až do dovršení důchodového věku.

Zdroj: (Pokorný, 2022, s. 61)

3.6 Výhody a nevýhody doplňkového penzijního spoření

Výhody a nevýhody třetího pilíře jsou v některých aspektech podobné výhodám a nevýhodám uvedeným u druhého pilíře. Popisuje je například Rytířová (2013). Mezi výhody patří, že naspořené prostředky náleží přímo účastníkovi a v případě jeho úmrtí jsou součástí dědictví. Významným rozdílem oproti druhému pilíři je možnost ukončení účasti a předčasného výběru všech naspořených prostředků (ač se ztrátou státního příspěvku a daňového zvýhodnění). Navíc účast na doplňkovém penzijním spoření nijak neovlivňuje výši dávek vyplácených z prvního pilíře. Je tedy stejně výhodná pro osoby s nižšími, tak i vyššími příjmy. Výhodou doplňkového penzijního spoření je i to, že výši příspěvků si určuje sám účastník, který tak může zohledňovat svoji aktuální situaci. Na druhou stranu je třeba počítat s tím, že výše budoucích dávek záleží na výši vložených prostředků. Spoření malých

částek tedy přinese spíše symbolické dávky, které životní úroveň ve stáří (primární cíl tohoto spoření) pravděpodobně příliš nevylepší. Pozitivní je možnost získání příspěvku od zaměstnavatele a také možnost daňového zvýhodnění.

Mezi společnou nevýhodu druhého a třetího pilíře patří riziko nevhodného investování penzijní společností, nebo riziko spojené s problémy na kapitálových trzích (např. finanční krizí). Ačkoli při případné insolvenční penzijní společnosti by účastníci o své prostředky neměli přijít díky tomu, že prostředky účastníků jsou ze zákona odděleny od majetku penzijní společnosti. Oproti druhému pilíři má doplňkové spoření navíc tu nevýhodu, že vložené prostředky nejsou chráněny před exekucí (Rytířová, 2013).

3.7 Účastníci třetího pilíře

Podmínky účasti ve třetím pilíři stanovuje již dříve uvedený zákon č. 427/2011 Sb., o doplňkovém penzijním spoření. Účastník třetího pilíře se v současné době může jakákoli fyzická osoba starší 18 let. Účast je zcela dobrovolná, bez jakéhokoli omezení. K účasti je třeba uzavřít se zvolenou penzijní společností smlouvu o doplňkovém penzijním spoření, a to buď na dobu určitou, nebo na dobu neurčitou. Je možné mít uzavřenu pouze jednu smlouvu s jednou penzijní společností (nelze mít tedy souběžně více smluv). Doplňkové penzijní spoření zaniká uplynutím výpovědní doby, případně dnem, na kterém se účastník a penzijní společnost dohodli. Účastník pak dostane buď odbytné, nebo může prostředky převést k jiné penzijní společnosti.

Jestliže účastník dosáhne věku o pět let nižšího, než je věk jeho odchodu do důchodu, vzniká mu nárok na tyto dávky:

- starobní penzi na určenou dobu;
- doživotní penzi;
- penzi na přesně stanovenou dobu s přesně stanovenou výší důchodu.

Jakmile účastník dosáhne důchodového věku, může si naspořenou částku nechat vyplatit jednorázově (podmínkou je trvání spoření alespoň 60 měsíců).

3.8 Reforma důchodového systému

Téměř ve všech zemích západní Evropy probíhala nebo probíhá důchodová reforma, kterou charakterizuje Brdek (2002, s. 134) jako širokou škálu různých úprav s různým zaměřením. Faktory, které ovlivňují reformy, jsou většinou demografické změny, sociální hodnoty i

úvahy o nákladech systému. Cílem reformem je plnění dvou základních kritérií: adekvátní sociální ochrana občanů ve stáří a stimulace ekonomického růstu. Při obecném pohledu užívají země EU a také ostatní ekonomicky vyspělé země variantu tří pilířového systému. Prvním pilířem se rozumí garantovaná penze prostřednictvím mezigenerační solidarity, druhým pilířem jsou obvykle aktivity zaměstnavatelských subjektů směřující k poskytování dávek a třetí pilíř závisí na soukromé aktivitě občanů, jako je například životní pojištění či spoření.

Charakter důchodového systému vyžaduje provádět jeho změny průběžně. Nelze se teď zastavit, nebo provádět pouze změny, které by řešení problémů odsouvaly do budoucna. Nutnost budoucích úprav vyplývá především z demografických predikcí. Celkové výdaje na sociální zabezpečení dosahují 30 % HDP. Podíl výdajů České republiky na stáří v roce 2020 činil 42,5 % z celkových výdajů na sociální ochranu. Průměrné výdaje států Evropské unie na stáří činily v roce 2020 38,6 % z celkových výdajů na sociální ochranu. Z čehož vyplývá, že se Česká republika řadí ke státům Evropské unie s vyšším podílem výdajů na stáří. Nicméně právě v souvislosti s očekávaným procesem stárnutí je nutné se připravit na růst výdajů a přizpůsobit tomu veřejné finance tak, aby nedošlo k jejich destabilizaci (mpsv.cz, 2024).

Rok 2022 přinesl zvýšený zájem o předčasné starobní důchody, které pobíralo 29 % ze všech příjemců plného starobního důchodu, zatímco v roce 2010 představovali příjemci předčasných důchodů 19 %. V roce 2022 bylo nově přiznáno 44,6 tisíce starobních důchodů před dosažením důchodového věku, což bylo téměř o 20 tisíc více než v předchozím roce. Důvodem nárůstu bylo, že v roce 2022 došlo dvakrát k mimořádné valorizaci důchodů. Ze všech nově přiznaných plných starobních důchodů v roce 2022 jich bylo přiznáno předčasně 43 %. Průměrná výše nově přiznaného předčasného starobního důchodu v roce 2022 tak dosáhla 18 221 Kč, byla tedy o 2 220 Kč nižší, než při dosažení řádného důchodového věku (czso.cz, 2023).

3.9 Hlavní změny v důchodovém systému schválené v roce 2023

Změna stanoví, že při zvýšení důchodů v mimořádném termínu v červnu 2023 se procentní výměry vyplácených důchodů nezvýší standardním způsobem, tj. podle § 67 odst. 10 a 16 zákona o důchodovém pojištění. Procentní výměry vyplácených důchodů se zvýší o 2,3% procentní výměry důchodu, která náleží ke dni, od něhož se procentní výměra zvyšuje a o

400 Kč, jsou-li splněny podmínky nároku na výplatu více důchodů, zvyšuje se o tuto částku ten důchod, který se vyplácí v plné výši.

Výše základní výměry starobního, invalidního, vdovského, vdoveckého i sirotčího důchodu je pro rok 2024 stanovena ve výši 4. 400 Kč. Výplaty důchodů přiznaných před rokem 2024 se od 1. 1. 2024 zvýší o 360 Kč měsíčně.

Změna zákona č. 198/1993 Sb., o protiprávnosti komunistického režimu a odporu proti němu, a zákona č. 357/2005 Sb., o ocenění účastníků národního boje za vznik a osvobození Československa a některých pozůstalých po nich, o zvláštním příspěvku k důchodu některým osobám, o jednorázové peněžní částce některým účastníkům národního boje za osvobození v letech 1939 až 1945 a o změně některých zákonů.

Od října roku 2023 platí přísnější pravidla pro odchod do penze před řádným důchodovým věkem. Nově lze jít do důchodu maximálně tři roky předem, dříve to šlo po dosažení šedesáti let. Současně se zvyšuje penalizace za dřívější odchod, a to 1,5 % výpočtového základu za každých i započatých 90 dnů z doby ode dne, od kterého se starobní důchod přiznává, do dosažení důchodového věku. Do řádného důchodového věku je navíc omezena valorizace penzí – valorizuje se jen základní výměra. Procentní výměra přiznaného důchodu se valorizuje až od ledna kalendářního roku následujícího po roce, v němž pojištěnec dosáhl důchodového věku. Od 1. 10. 2024 bude potřebná doba pojištění prodloužena z dosavadních 35 let na 40 let.

S účinností od 1. 12. 2023 se zavádí možnost podání žádosti o důchod online. Současně se ruší závazná místní příslušnost OSSZ k sepsání žádosti o důchod – občanu, který žádost o důchod podává online nebo i „klasicky“ (tj. za osobní účasti klienta) na OSSZ, se umožní vybrat si pro přijetí a vybavení žádosti v podstatě kteroukoliv OSSZ. Výběr lze omezit pouze ze závažných provozních důvodů (mpsv.cz, 2023).

Průměrný starobní důchod vyplácený v roce 2023 se pohyboval okolo 20.500 Kč, více než polovina seniorů však nedosáhne ani na tuto částku a dostává tak důchod menší. Z tohoto důvodu se tak stále častěji dostávají do situace, kdy jim zbývají finance pouze na základní potřeby. Zatímco dnes důchod nahrazuje starobním důchodcům průměrně 50 % z toho, co průměrný senior dříve vydělal, v dalších letech se tento náhradový poměr propadne. V budoucnu státní důchod nahradí necelých 30 % příjmů. Samotný starobní důchod nestačí na zajištění důstojného a klidného stáří, proto je velmi nutné připravit se na stáří i z hlediska financí (generalipenze.cz).

Hlavní část odpovědnosti za to, jak se budeme mít v důchodovém věku, je tedy na nás. Zajistit si dostatek financí na stáří je výzva. A hlavně je to práce na dlouhá léta. Při budování dostatečných příjmů na penzi hraje čas vždycky tu nejdůležitější roli, proto je nejlepší na něj myslet hned při první výplatě. V rámci stávajících státem podporovaných možností můžeme dnes na penzi začít spořit např. v penzijním spoření (viz. Výše). Začít včas ale samozřejmě platí i pro budování dalších zdrojů, které budeme moci použít k podpoře svých příjmů v době penze. To, co si na sebe celý život šijeme, budeme později jen těžko odkládat. Právě tohle pořekadlo pro nás může být dobrou motivací. Čím více peněz si totiž zvykneme utrácet jen tak, tím více jich pro nic za nic budeme chtít utrácet i v době penze. Když se ale během svých produktivních let naučíme odkládat část svého výdělku stranou, budeme schopni v tom pokračovat i v dobách, kdy nám z jakéhokoli důvodu tak dobře nebude. Život je běh na dlouhou trať a každý z nás by v tom svém určitě rád doběhl s úsměvem na rtech. Nezbyvá než se chovat jako sportovec hned od startu. Nepřepálit tempo v úvodu a doplnit přípravu o průběžný trénink. To, co platí ve sportu, dokáže s penězi často dělat divy. O dobu, kdy pracovat už nebudeme muset nebo nebudeme moci, je nutné se starat od chvíle, kdy s prací začínáme. Jak přesně to ale udělat nám vlastně nikdo neporadí. Jeden jediný plán na blahobytné stáří neexistuje a nikdy ani neexistoval. I když obecné rady platí a konzultace s odborníky se určitě vyplatí, tak se musíme sami rozhodovat podle svých vlastních představ a možností, a také podle toho, jak se naše situace mění. Každý máme jiné možnosti a většině z nás chvíli trvá, než najdeme tu správnou cestu. Někdo má vstřícného zaměstnavatele a nevyužít penzijního spoření (původního třetího pilíře nazývaného doplňkové penzijní spoření) s jeho příspěvkem by byl skutečně hřích. Jiný má zase možnost investovat do starého domu po tetě, tak proč se vůbec zajímat o akcie či fondy, když mohou být peníze uloženy právě v nemovitostech. Je hlavně na nás samotných, jak si důchod představujeme, jak si ho naplánujeme a jaký ho zažijeme. Čím delší dobu si ho budeme budovat, tím důstojnější a klidnější může být. Naše finance v něm hrají velmi důležitou roli (financnivzdelavani.cz).

4 DŮCHODOVÉ POJIŠTĚNÍ

Základní systém důchodového pojištění a veškeré podmínky jako nárok na důchod, způsob stanovení výše a výplaty vymezuje zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, který nabyl účinnosti dne 1. ledna 1996. Tento zákon schválený v roce 1995 zavedl nová zásadní opatření do celého systému.

Arnoldová (2007, s. 157-158) tvrdí, že důchodové zabezpečení bylo do roku 1989 velmi velkorysé, zejména k některým skupinám osob. Na druhé straně byly určité skupiny systémem diskriminovány, jako například osoby samostatně výdělečně činné. Plošné poskytování dávek se tedy stalo problematickým, zejména proto, že tento systém byl financován ze státního rozpočtu. Počátkem 90. let byla v České republice zahájena reforma sociálního systému a cílem bylo vytvořit sociální systém odpovídající potřebám ekonomiky, tedy podněcovat jednotlivce i skupiny k zodpovědnosti za svou sociální situaci, podněcující jedince k sociální nezávislosti, zejména na státu a respektující mezinárodní konvence.

Byl tedy vytvořen systém, který Durdisová (2005, s. 95) popisuje jako schopný pružně reagovat na demografický a hospodářský vývoj. Na základě legislativních úprav byla změněna konstrukce výpočtů důchodů, valorizace důchodů, změněno posuzování podmínek invalidity, omezen souběh starobního důchodu s příjmem z výdělečné činnosti a zejména postupné zvyšování věku odchodu do důchodu. Tento systém je postaven výlučně na průběžném financování.

Arnoldová (2007, s. 106) uvádí, že k provádění důchodového pojištění jsou vedeny registry pojištěnců. Slouží k plnění úkolů ČSSZ. V rámci sociálního zabezpečení se rozlišují dva registry pojištěnců, a to registr osob účastných na důchodovém pojištění a registr pojištěnců a zaměstnavatelů v rámci nemocenského pojištění. Registr obsahuje údaje o osobách účastných na důchodovém pojištění jako např. jméno, datum narození, pohlaví, rodné číslo, občanství, bydliště, vznik a zánik účasti na důchodovém pojištění, druh výdělečné činnosti, informace o zaměstnavateli apod.

Naopak zaměstnavatel podle Arnoldové (2007, s. 109) vede o občanech pro účely důchodového pojištění listy evidenční. Evidenční list se vede pro každého občana za jednotlivý kalendářní rok a pro každý kalendářní rok se vyhotovuje tento list vždy nový. Zaměstnavatel je povinen vyhotovit stejnopisy tohoto evidenčního listu za kalendářní rok a jeden předložit občanovi k podpisu a založit jej do své evidence. Další stejnopis s podpisem je povinen vydat občanovi, který jej předloží příslušnému orgánu sociálního zabezpečení,

v jejímž obvodu je útvar zaměstnavatele a ve kterém je vedena evidence mezd. Je možnost jej zasílat i elektronicky formou datové zprávy, prostřednictvím elektronické podatelny.

Z důchodového systému jsou vypláceny finanční prostředky ve formě důchodu starobního, invalidního, vdovského a vdoveckého a sirotčího (zákon č. 155/1995 Sb.,).

Důchody vyplácené z uvedeného systému se skládají ze dvou částí – ze základní a procentní výměry. Základní výměra představuje u všech typů důchodů pevně stanovenou částku bez ohledu na dobu pojištění a dosažené příjmy (mpsv.cz, 2024).

4.1 Povinná účast na důchodovém pojištění

Důležitou podmínkou pro získání nároku na důchod je stanovená doba pojištění. Účast na důchodovém pojištění je povinná pro zaměstnance, OSVČ a osoby, jimž plyne náhradní doba pojištění (cssz.cz).

4.1.1 Zaměstnanci

Za „zaměstnance“ jsou v oblasti sociálního zabezpečení souhrnně označovány nejen osoby v pracovněprávních vztazích podle zákoníku práce (pracovní poměr, dohoda o pracovní činnosti, dohoda o provedení práce), ale též např. příslušníci ozbrojených sil, státní zaměstnanci podle zákona o státní službě, členové družstva, tzv. uvolnění členové zastupitelstev, dále např. společníci a jednatelé s.r.o., prokuristé, likvidátoři, členové kolektivních orgánů právnických osob, a další), Osoby, které vykonávají činnost v těchto pojistných vztazích, jsou povinně účastny důchodového pojištění, pokud tuto činnost vykonávají v rozsahu, který zakládá účast na nemocenském pojištění (cssz.cz).

4.1.2 Osoby OSVČ

Pro účast na pojištění OSVČ platí specifická pravidla. Tato účast není vázána na účast na nemocenském pojištění (ta je u OSVČ pouze dobrovolná), ale závisí na charakteru samostatné výdělečné činnosti (hlavní, vedlejší), v případě vedlejší samostatné výdělečné činnosti pak na výši příjmu (resp. daňového základu) z této činnosti. Za OSVČ se považuje osoba, která vykonává samostatnou výdělečnou činnost (SVČ) nebo spolupracuje při výkonu SVČ, pokud podle zákona o daních z příjmů lze na ni rozdělovat příjmy dosažené výkonem této činnosti a výdaje vynaložené na jejich dosažení, zajištění a udržení, ukončila povinnou školní docházku a dosáhla aspoň 15 let věku. Samostatná výdělečná činnost (SVČ) se považuje za hlavní SVČ v období, ve kterém se SVČ nepovažuje za vedlejší SVČ. Osoba vykonávající hlavní SVČ je vždy povinně účastna důchodového pojištění; jsou-li její příjmy

nízké či záporné, platí pojistné alespoň z minimálního vyměřovacího základu, jehož výše je stanovena zákonem na $\frac{1}{4}$ průměrné mzdy měsíčně. SVČ se považuje za vedlejší SVČ, pokud současně trvaly zákonem stanovené skutečnosti – např. OSVČ vykonávala současně zaměstnání nebo byla poživatelem starobního nebo invalidního důchodu. Osoba vykonávající vedlejší SVČ je povinně účastna důchodového pojištění pouze, pokud z této činnosti dosáhne takových příjmů, aby její daňový základ (úhrn příjmů po odpočtu výdajů) za kalendářní rok dosáhl alespoň tzv. „rozhodné částky“ (2,4násobek obecné průměrné mzdy); pokud tohoto příjmu nedosáhne, není povinně účastna důchodového pojištění, má však možnost přihlásit se k účasti na pojištění OSVČ dobrovolně (cssz.cz).

4.1.3 Osoby, jimž plyne náhradní doba pojištění

Jde o situace, s nimiž předpisy o důchodovém pojištění spojují účast na důchodovém pojištění, aniž osoba, u níž tato situace nastala (nebo kdokoliv jiný za ni), odvádí příspěvky (pojistné) do důchodového systému. Charakter situací je buď takový, že jde o výkon společensky prospěšné činnosti, z níž ovšem neplynou příjmy, anebo že se osoba nezaviněně ocitá v tíživém sociálním postavení, které z hlediska principu solidarity ospravedlňuje její účast na důchodovém pojištění bez nutnosti odvodu pojistného. Okruh náhradních dob pojištění se v průběhu času mění a postupně se zužuje. (cssz.cz).

Do této skupiny spadají osoby vedené v evidenci uchazečů o zaměstnání, osoby pečující o děti ve věku do 4 let, osoby pečující o osobu, která je závislá na pomoci jiné fyzické osoby a osoby pobírající invalidní důchod pro invaliditu třetího stupně a další. Důchodové pojištění dělíme na povinné a dobrovolné pojištění. Souběh těchto pojištění je možný (cssz.cz).

4.2 Dobrovolná účast na důchodovém pojištění

Dobrovolná účast na důchodovém pojištění je možná u osob starších 18 let od 1. 1. 1996. Účast na pojištění je možná z těchto důvodů: vedení v evidenci Úřadu práce jako uchazeč o zaměstnání, soustavné přípravy na budoucí povolání studiem na střední nebo vysoké škole v ČR, výkonu dlouhodobé dobrovolnické služby, činnosti v české republice ve prospěch zahraničního zaměstnavatele nebo výdělečné činnosti v cizině po 31. 12. 1995, výkonu funkce poslance Evropského parlamentu, pobytu v cizině, po kterou následovaly svého manžela a také dobrovolné pojištění bez uvedení důvodu. Výše dobrovolného pojistného se stanoví procentní sazbou z vyměřovacího základu. Nejnížší měsíční pojistné hrazené v roce

2023 činí 28% částky odpovídající jedné čtvrtině průměrné mzdy platné v roce 2022, tedy 2 823 Kč (cssz.cz).

Pokud si občan neplatí pojistné na důchodové pojištění, pak se může stát, že mu nevznikne nárok na důchod. V lepším případě je důchod nižší, než jaký by mohl být, kdyby si platil pojištění celý svůj pracovní život.

4.2.1 Starobní důchod

Starobní důchod je základní dávka důchodového pojištění a jeho účelem je zabezpečit pojištěnce v období, kdy vzhledem k věku je zpravidla ukončena výdělečná činnost.

Pro nárok na starobní důchod je podle zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zdp“) třeba splnit dvě podmínky, a to dosáhnout stanoveného důchodového věku a získat potřebnou dobu důchodového pojištění. Před dosažením důchodového věku lze přiznat tzv. předčasný starobní důchod s tím, že je třeba získat potřebnou dobu důchodového pojištění jako při řádném odchodu do starobního důchodu. Od 23. 8. 2023 byla stanovena nově potřebná doba pojištění na 40 let. (zakonyprolidi.cz).

4.2.2 Starobní důchod ze zahraničí

Pokud jsme pracovali v několika zemích EU, může nám vzniknout nárok na důchod v každé z nich. Až budeme o důchod žádat, musíme žádost podat na úřadě důchodového zabezpečení v zemi, kde máme momentálně bydliště nebo kde jsme naposledy pracovali. Pokud jsme v zemi současného bydliště, nikdy nepracovali, hostitelská země předá naši žádost zemi, kde jsme pracovali naposledy. Tato země je pak odpovědná za vyřízení naší žádosti a za shromáždění údajů o našich příspěvcích do systému sociální zabezpečení ze všech zemí, ve kterých jsme pracovali. V některých zemích nám úřad důchodového zabezpečení zaslal formulář žádosti o důchod ještě předtím, než dosáhneme věkové hranice pro odchod do důchodu, která platí v dané zemi. Každá země EU má své podmínky pro získání nároku na důchod, proto je nutné včasné informování (europa.eu).

4.2.3 Důchodový věk

Důchodový věk podle § 32 „zdp“ je u pojištěnců narozených před rokem 1936 je důchodový věk u mužů 60 let, u žen 53 let (pokud vychovaly alespoň 5 dětí), 54 let (pokud vychovaly alespoň 3 nebo 4 děti), 55 let (pokud vychovaly alespoň 2 děti), 56 let (pokud vychovaly alespoň 1 dítě) a u bezdětných je 57 let. Důchodový věk u pojištěnců narozených v období

let 1936 až 1971 je uveden podrobně v Tabulce č. 2 Přílohy č. 2 této práce. U ročníků narozených po roce 1971 činí důchodový věk 65 let (zakonyprolidi.cz). V posledních dvou letech se vede debata o prodloužení odchodu do důchodu u ročníků narození 1966 a později viz Tabulka č. 3 Příloha č. 3 této práce (novinky.cz).

Beze změny zůstává stanovení věkové hranice pro odchod do starobního důchodu pojištěnců, kteří odpracovali stanovenou dobu v zaměstnání zařazeném do I. pracovní kategorie a účastníků odboje. Pro tyto skupiny pojištěnců i nadále platí věkové hranice stanovené předpisy platnými před 1. lednem 1996, resp. v případě některých osob pracujících v hornictví se stálým pracovištěm pod zemí v hlubinných dolech může platit i snížená věková hranice podle nařízení vlády č. 363/2009 Sb. nebo § 37c „zdp“ (cssz.cz).

Pojištěnec má nárok na starobní důchod před dosažením důchodového věku, jestliže získal dobu pojištění 40 let a do dosažení důchodového věku mu ode dne, od něhož se starobní důchod přiznává, chybí nejvýše 3 roky. Do doby pojištění potřebné pro vznik nároku na starobní důchod podle předchozí věty se náhradní doby pojištění započítávají v rozsahu podle zákona č. 155/1995 Sb., § 29 odst. 5 (zakonyprolidi.cz).

4.2.4 Odchod do důchodu a zaměstnání seniorů

Pokud se rozhodneme jako starobní důchodce pracovat, můžeme nadále pobírat důchod v plné výši. Zaměstnavatel s námi jako s pracujícím důchodcem může uzavřít smlouvu na dobu určitou i neurčitou. V tom případě se nám procentní výměra důchodu zvýší o 0,4 % výpočtového základu za každých 360 kalendářních dnů. Do těchto 360 dnů se však nezapočítávají doby neplaceného volna, neomluvené absence, dočasné pracovní neschopnosti či ošetřování člena domácnosti. Toto zvýšení je možné získat za výdělečnou činnost získanou po 31. 12. 2009.

Dejme si ale pozor, jelikož zvýšení důchodu se neprovádí automaticky, ale pouze na základě písemné žádosti. Žádost o zvýšení důchodu může podat i příjemce předčasného starobního důchodu, který vykonává výdělečnou činnost po dosažení řádného důchodového věku.

Další možný způsob je, že budeme pobírat důchod ve výši poloviny. Procentní výměra důchodu se pak zvyšuje o 1,5 % výpočtového základu za každých 180 kalendářních dnů výkonu výdělečné činnosti, tj. o 3 % za rok. Do těchto 180 dnů se stejně tak nezapočítávají doby neplaceného volna, neomluvené absence, dočasné pracovní neschopnosti či ošetřování člena domácnosti. Polovinou starobního důchodu se rozumí polovina základní výměry a polovina procentní výměry. Nebo můžeme i důchod nepobírat. V tom případě se procentní

výměra důchodu zvyšuje o 1,5 % výpočtového základu za každých 90 kalendářních dnů výkonu výdělečné činnosti, tj. o 6 % za rok. (dostupnyadvokat.cz).

Ani přiznání předčasného starobního důchodu nám však nebrání v možnosti přivydělat si. Rozsah činnosti je ale v tomto případě limitován – nesmí nám vzniknout účast na důchodovém pojištění. Privýdělkem může být tedy např. pracovní poměr na dohodě o provedení práce u jednoho zaměstnavatele (tzv. DPP) s tím, že měsíční příjem nepřesáhne 10 000 Kč, více zaměstnání malého rozsahu u téhož zaměstnavatele, které v daném kalendářním měsíci nedosáhne rozhodného příjmu. Pro OSVČ (podnikatele) pro privýdělek platí podmínka, že příjem z této činnosti (po odpočtu výdajů) nedosáhne částky, která zakládá účast na důchodovém pojištění. Jde o částku, která se každý rok nově stanovuje zákonem a za každý kalendářní měsíc, kdy činnost nebyla vykonávána, se tato částka snižuje o 1/12. Pokud si k předčasnému starobnímu důchodu v období před dosažením důchodového věku přivyděláváme a jsme přitom v zaměstnaneckém poměru, který zakládá účast na pojištění, je naší povinností a povinností zaměstnavatele tuto skutečnost nahlásit příslušné OSSZ. Zaměstnavatel je rovněž povinen vést o zaměstnanci předepsanou evidenci. Výplata důchodu nám bude pozastavena do doby, než výdělečnou činnost ukončíte nebo dosáhnete svého důchodového věku (dostupnyadvokat.cz).

4.2.5 Zvýšení starobního důchodu tzv. výchovné

Zvýšení procentní výměry starobního důchodu o pevnou částku 500 Kč za každé dítě, které pojištěnec vychoval, náleží a je vypláceno od ledna 2023. Zvýšení za vychované dítě, tzv. výchovné se týkat jak starobních důchodů přiznávaných po 31. 12. 2022, tak i starobních důchodů již vyplácených (cssz.cz).

4.2.6 Minimální výše starobního důchodu

Minimální výše procentní výměry důchodu činí podle zákona o důchodovém pojištění 770 Kč. K procentní výměře důchodu náleží ještě základní výměra, která je stejná pro všechny důchody a v roce 2023 činí 4 040 Kč. Minimální měsíční výše důchodu přiznaného v roce 2023 tedy činí celkem 4 810 Kč (cssz.cz).

4.2.7 Náhradní doba pojištění

Období, kdy z vážných, společensky uznávaných důvodů není vykonávána výdělečná činnost, a přesto je tato doba hodnocena (byť často v kráceném rozsahu) jako doba, za níž bylo pojistné uhrazeno. Výčet všech náhradních dob pojištění je obsažen v § 5 odst. 2 a

§ 102 odst. 3 až 45 ZDP, jedná se např. o dobu vedení v evidenci Úřadu Práce České republiky (doba vedení v této evidenci, po kterou nebyly vypláceny dávky v nezaměstnanosti, se hodnotí v rozsahu nejvýše tří roků zjišťovaných zpětně ode dne vzniku nároku na důchod; přitom dobu evidence před 55. rokem věku pojištěnce do ní lze započítat jen v rozsahu jednoho roku), o dobu studia do 31. 12. 2009, pobírání invalidního důchodu pro invaliditu třetího stupně či péče o dítě/osobu závislou (cssz.cz).

4.2.8 Osobní vyměřovací základ

OVZ představuje průměrný měsíční příjem, kterého osoba dosáhla v rozhodném období a stanoví se tak, že se koeficient 30,4167 vynásobí zlomkem, v jehož čitateli je roční úhrn vyměřovacích základů dosažených v rozhodném období a ve jmenovateli je součet všech kalendářních dnů rozhodného období. Jsou-li v rozhodném období vyloučené doby, snižuje se o ně počet kalendářních dnů připadajících do rozhodného období (cssz.cz).

4.2.9 Procentní výměra důchodu

Procentní výměra důchodu se stanoví z výpočtového základu procentní sazbou odpovídající délce doby pojištění (tj. 1,5 % x počet let celkové doby pojištění). Procentní výměra může být snížena za dobu předčasnosti nebo zvýšena za dobu přesluhování (cssz.cz).

4.2.10 Roční vyměřovací základ (RVZ)

Roční vyměřovací základ (RVZ) je úhrn vyměřovacích základů (hrubých příjmů) za kalendářní rok vynásobený příslušným koeficientem nárůstu všeobecného vyměřovacího základu (zakonyprolidi.cz).

4.2.11 Průměrná mzda

Za průměrnou mzdu je dle § 15 odst. 4 „zdp“ považována částka, která je vypočtena jako součin všeobecného vyměřovacího základu za kalendářní rok, který o dva předchází kalendářnímu roku, pro která se průměrná mzda zjišťuje a přepočítacího koeficientu pro úpravu tohoto všeobecného vyměřovacího základu. Současně je stanoveno pravidlo, že průměrná mzda za kalendářní rok nesmí být nižší než průměrná mzda stanovení pro bezprostředně předcházející kalendářní rok. Průměrná mzda v ČR představuje statický údaj udávaný pravidelně Českým statistickým úřadem, který vyjadřuje výši průměrné měsíční mzdy zaměstnance v národním hospodářství (cssz.cz).

Ve 3. čtvrtletí 2023 činila průměrná hrubá měsíční nominální mzda*) (dále jen „průměrná mzda“) na přepočtené počty zaměstnanců v národním hospodářství celkem 42 658 Kč, což je o 2 810 Kč (7,1 %) více než ve stejném období roku 2022 (czso.cz).

4.2.12 Předčasný starobní důchod

Předčasný starobní důchod dle § 31 „zdp“ nabízí pojištěnci možnost odejít do starobního důchodu před dosažením důchodového věku. Podmínkou nároku na něj je získání potřebné (minimální) doby pojištění, a to v rozsahu potřebném pro nárok na obecný starobní důchod (viz tabulka výše). Pojištěnci je důchod přiznán, pokud mu do dosažení důchodového věku ode dne, od něhož se starobní důchod přiznává, chybí nejvýše 3 roky. Pokud je důchodový věk pojištěnce vyšší jak 63 let, vznikne mu nárok na předčasný starobní důchod, pokud dosáhnul alespoň věku 60 let a chybí mu do dosažení důchodového věku nejvýše 5 roků. Předčasný starobní důchod nelze přiznat zpětně; důchod může být přiznán nejdříve ode dne podání žádosti o tento důchod. (cssz.cz).

Přiznání předčasného starobního důchodu je nevratné a vylučuje nárok na řádný starobní důchod. Doba, o kterou se odchází do důchodu dříve, výši důchodu sníží (dojde k tzv. krácení). Tato srážka (krácení) za odchod do předčasného starobního důchodu je trvalá (cssz.cz).

4.2.13 Předčasnost

Výše procentní výměry předčasného starobního důchodu činí za každý celý rok pojištění 1,5 % výpočtového základu měsíčně. Takto stanovená výše se ale snižuje za každých i započatých 90 kalendářních dnů z doby ode dne přiznání důchodu do dosažení důchodového věku o:

- 0,9 % výpočtového základu za období prvních 360 kalendářních dnů,
- 1,2 % výpočtového základu za období od 361. kalendářního dne do 720. kalendářního dne,
- 1,5 % výpočtového základu za období od 721. kalendářního dne (cssz.cz).

4.2.14 Předdůchod

Je zákonná možnost čerpání pravidelné dávky pro účastníky doplňkového penzijního spoření, kterou lze využít nejdříve 5 let před dosažením důchodového věku. Pro smlouvy uzavřené po 1. 1. 2024 platí podmínky spoření minimálně 120 měsíců (započítává se i doba spoření při

převodu z penzijního připojištění tzv. Transformovaného fondu). Smlouvy uzavřené do 31. 12. 2023 je podmínka délky spoření minimálně 60 měsíců (započítává se i doba spoření při převodu z penzijního připojištění tzv. Transformovaného fondu). Nejkratší doba pro výplatu předdůchodu jsou 2 roky. V průběhu předdůchodu je účastníkovi vyplácena pravidelná dávka z jeho naspořených prostředků u penzijní společnosti. Minimální částka, kterou může účastník, čerpat měsíčně je 30 % z průměrné hrubé mzdy za předchozí kalendářní rok. Předdůchod je vhodný zejména v případě ztráty zaměstnání nebo neschopnosti pracovat (např. ze zdravotních důvodů) (kb.cz).

Tabulka 2 Minimální výše prostředků na účtu doplňkového penzijního spoření pro výplatu předdůchodu

Platné pro rok 2024	Minimální suma naspořených prostředků na dobu výplaty předdůchodu			
Minimální měsíční dávka předdůchodu	2 roky	3 roky	4 roky	5 let
12 728,10 Kč *	305 474 Kč	458 211 Kč	610 948 Kč	763 686 Kč
13 500 Kč **	324 000 Kč	486 000 Kč	648 000 Kč	810 000 Kč

* čistá měsíční výše stanovená sdělením MPSV 425/2022 Sb., ze dne 7. prosince 2023 - 30 % průměrné mzdy
 ** doporučená hrubá výše předdůchodu před odečtením daně z výnosů a s rezervou pro kolísání hodnot penzijních jednotek

Zdroj: Předdůchod | KB Penzijní společnost (kbps.cz, 2024)

4.2.15 Přesluhování

Výkon výdělečné činnosti (např. jako zaměstnanec nebo OSVČ) po dosažení důchodového věku pojištěnce, který v této době nepobíral starobní důchod. Za výkon výdělečné činnosti pro účely přesluhování se považuje pouze taková činnost, která zakládá účast na důchodovém pojištění. Do této doby se přitom nezahrnují dny pracovního volna bez náhrady příjmu či neomluvené nepřítomnosti v práci a dále doby uvedené v § 16 odst. 4 „zdp“ (např. doba dočasné pracovní neschopnosti). Procentní výměra důchodu se v takovém případě zvyšuje o 1,5 % za každých celých 90 dní výkonu výdělečné činností po vzniku nároku na starobní důchod (cssz.cz).

4.2.16 Rozhodné období

Období od roku 1986 do konce kalendářního roku předcházejícího roku přiznání důchodu, v němž se zjišťují příjmy dosažené výdělečnou činností a vyloučené doby pro účely stanovení OVZ/výpočtového základu (cssz.cz).

4.2.17 Vyloučené doby

Jedná se o doby, po které nebyla vykonávána výdělečná činnost z důvodu trvání některé z překážek uvedených v § 16 odst. 4 ZDP (např. doba pracovní neschopnosti, ošetřování člena domácnosti, doba péče o dítě, osobu závislou, doba nezaměstnanosti či pobírání tzv. předdůchodu) (cssz.cz).

4.2.18 Vyměřovací základ

Hrubý příjem (výdělek) zaměstnance pro odvod pojistného dosažený v příslušném kalendářním roce (u zaměstnanců), nebo roční vyměřovací základ pro stanovení pojistného (u osob samostatně výdělečně činných nebo osob dobrovolně účastných důchodového pojištění), případně úhrn výdělku a vyměřovacího základu. Příjmy v roce přiznání důchodu se pro výpočet důchodu nezohledňují (cssz.cz)

4.2.19 Výpočtový základ

OVZ se upraví za využití redukčních hranic uvedených v § 15 „zdp“. Výše redukčních hranic se každoročně mění, a to v závislosti na výši průměrné mzdy (cssz.cz).

4.2.20 Základní výměra důchodu

Stanovena zákonem ve výši 10 % z příslušné průměrné mzdy (cssz.cz).

4.2.21 Výpočet starobního důchodu

Starobní důchod se skládá ze základní a procentní výměry. Základní výměra, která je stanovena pevnou částkou a v roce 2024 činí 4 400 Kč měsíčně, a procentní výměry, která se stanoví individuálně procentní sazbou z výpočtového základu podle získané doby pojištění. Minimální zákonem zaručená výše procentní výměry důchodu činí 770 Kč měsíčně. Při výpočtu starobního důchodu se přihlíží také k tzv. vyloučeným dobám (cssz.cz).

Při pravidelné valorizaci, která je každý rok v lednu, dochází k navýšení obou zmíněných výměr s výjimkou předčasných starobních důchodů přiznaných po 30. 9. 2023. Pokud poživatel tohoto důchodu nedosáhl v období před 1. lednem kalendářního roku, v němž se důchody zvyšují, důchodového věku, zvyšuje se pouze základní výměra, nikoli procentní (cssz.cz).

4.2.2 Valorizace

Zavedení systému pravidelných úprav výše vyplácených důchodů bylo nutné především z toho důvodu, že existuje rozpor mezi statickým charakterem důchodů a dynamickým charakterem soustavy odměňování a vývoje ekonomiky (Krebs, 2010).

Aby si poživatelé starobního důchodu udrželi svoji kupní sílu a nedocházelo k významnému snižování jejich životní úrovně (ve srovnání s lidmi, kteří mají příjmy z pracovní činnosti), případně k narůstání rozdílů mezi dříve a nově vyměřenými důchody, provádí se pravidelně tzv. valorizace důchodů. Díky ní by měl být zajištěn proporcionální růst mezd a důchodů. Důchody starobní, invalidní, vdovské, vdovecké a sirotčí (dále jen „důchody“) jsou od 1. ledna 2024 zvýšeny podle nařízení vlády č. 286/2023 Sb., o výši všeobecného vyměřovacího základu za rok 2022, přepočítacího koeficientu pro úpravu všeobecného vyměřovacího základu za rok 2022, redukčních hranic pro stanovení výpočtového základu pro rok 2024, základní výměry důchodu stanovené pro rok 2024 a částky zvýšení za vychované dítě pro rok 2024 a o zvýšení důchodů v roce 2024. Důchody přiznané před 1. lednem 2024 se zvyšují od 1. ledna 2024 tak, že základní výměra důchodu se zvyšuje o 360 Kč měsíčně. Výše základní výměry důchodu pro rok 2024 činí 4.400 Kč. V lednu 2024 nedošlo ke zvýšení procentní výměry důchodů (mvcr.cz).

4.3 Pozůstalostní důchody

Pozůstalostními důchody jsou nazývány dávky, které jsou přiznávány na základě zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů osobám, které byly postiženy sociální událostí označenou jako úmrtí živitele. Patří sem vdovský/vdovecký důchod a sirotčí důchod (zakonyprolidi.cz).

4.4 Vdovský a vdovecký

Vdova má nárok na vdovský důchod po manželovi, který byl poživatelem starobního nebo invalidního důchodu, nebo splnil ke dni smrti podmínku potřebné doby pojištění pro nárok na invalidní důchod nebo podmínky nároku na starobní důchod nebo zamřel následkem pracovního úrazu. Vdovec má nárok na vdovecký důchod po manželce, která splňovala stejné podmínky. Vdovský nebo vdovecký důchod náleží po dobu jednoho roku od smrti manžela nebo manželky (zakonyprolidi.cz).

Po uplynutí tohoto roku od úmrtí náleží pouze za předpokladu, že vdova nebo vdovec splňuje aspoň některou z těchto podmínek:

- pečuje o nezaopatřené dítě nebo o dítě, které je závislé na pomoci jiné osoby ve stupni II (středně těžká závislost) nebo stupni III (těžká závislost) nebo stupni IV (úplná závislost),
- nebo pečuje o svého rodiče nebo rodiče zemřelého manžela, který s ní žije v domácnosti a je také závislý ve stupni II nebo III nebo IV,
- dále pokud je invalidní ve třetím stupni, nebo dosáhla/dosáhl vlastního důchodového věku,
- nebo dosáhla/dosáhl věku alespoň o 4 roky nižšího, než činí důchodový věk stanovený v tabulce důchodového věku, pro muže stejného data narození, jako je vdova či vdovec.

Není-li splněna žádná z těchto podmínek, nárok na důchod zaniká. Nárok může však vzniknout znovu, dojde-li ke splnění některé z podmínek do pěti roků (od 1. 1. 2012 do dvou roků pro pojištěnce, kterým vznikl nárok na vdovský/vdovecký důchod po 31. prosinci 2011) po zániku dřívějšího nároku. Nárok na vdovský a vdovecký důchod zaniká absolutně uzavřením nového manželství (zakonyprolidi.cz).

4.4.1 Výše pozůstalostních důchodů

Stejně tak, jako se při posuzování nároku na pozůstalostní důchod zajišťuje účast na pojištění zemřelého, odvozuje se výše pozůstalostního důchodu od výše důchodu, na který zemřelý měl nebo by měl nárok. Důchod se skládá stejně jako u ostatních důchodů ze základní a procentní výměry. Základní výměra v roce 2024 činí 4 400 Kč měsíčně a procentní výměra činí 50 % procentní výměry starobního nebo invalidního důchodu pro invaliditu třetího stupně, na který měl či by měl nárok manžel/manželka v době smrti (cssz.cz).

Důchodový systém zajišťuje lidem finanční prostředky v době, kdy se dostávají do určité sociální události. Ty je možné rozdělit na přirozené (předvídatelné) jako je například stáří a nepřirozené (nepředvídatelné) jako je úraz, ztráta živitele, invalidita, dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav, a jiné (Tomeš, 2010, s. 189).

Starobní důchod, stejně jako invalidní důchod či pozůstalostní důchody, mají kompenzovat dřívější příjmy. Je žádoucí, aby administrativní řízení proběhlo v co možná nejkratší době, aby žadatelé o dávky byli dostatečně a včas informováni, jak správně postupovat při vyřizování svých záležitostí. Česká správa sociálního zabezpečení za tímto účelem vydává tiskové zprávy, periodické publikace a nejrůznější typy příruček, jako příklad můžeme zmínit Příručku budoucího důchodce.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 VÝZKUM

Obsahem praktické části diplomové práce je výzkum, který se zaměřuje na zjištění stavu informovanosti o možnostech důchodového pojištění stejně tak jako i možnosti a očekávání spojené s jejich další životní etapou. Pro dané téma byl zvolen kvalitativní způsob šetření, a jako metoda sběru dat polostrukturovaný rozhovor, který byl veden s občany ve věku 60 – 65 let v jejich přirozeném prostředí ve správním obvodu města Napajedla. Součástí empirické části je dále stanovení výzkumného problému, výzkumných cílů, výzkumných otázek, charakteristika výzkumného souboru, analýza získaných dat a jejich následná interpretace, která se opírá o teoretickou část diplomové práce.

5.1 Výzkumný problém

Výzkumným problémem diplomové práce je zjistit připravenost a informovanost občanů ve věku 60 – 65 let na stáří, odchod do důchodu, jejich možnosti, očekávání a povědomí ve vztahu k důchodovému pojištění.

5.2 Cíl výzkumu

Hlavní výzkumný cíl:

- ✓ Zjistit připravenost a informovanost občanů ve věku 60 – 65 let na stáří, odchod do důchodu, jejich možnosti, očekávání a povědomí ve vztahu k důchodovému pojištění.

Díličí výzkumné cíle:

1. Zjistit, jak občané vnímají blížící se nástup do SD a které faktory toto vnímání ovlivňují.
2. Zjistit, jak se občané připravují na stáří.
3. Zjistit, jaké možnosti mají občané v další životní etapě.
4. Zjistit, jaké mají občané povědomí o důchodovém pojištění.

5.3 Výzkumné otázky

Hlavní výzkumná otázka:

- ✓ Jaká je připravenost občanů ve věku 60 – 65 let na stáří, odchod do důchodu, jejich možnosti, očekávání a povědomí ve vztahu k důchodovému pojištění?

Dílčí výzkumné otázky:

1. Jak občané vnímají blížící se nástup do SD a které faktory toto vnímání ovlivňují?
2. Jak se občané připravují na stáří?
3. Jaké možnosti mají občané v další životní etapě?
4. Jaké mají občané povědomí o důchodovém pojištění?

5.4 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvoří 10 občanů ve věku 60 – 65 let žijících ve správním obvodu města Napajedla. Z důvodu velkého počtu obyvatel v tomto věkovém rozmezí, byla stanovena kritéria pro výběr: věk 60 – 65 let, pracující, trvalé bydliště ve správním obvodu města Napajedla (Správní obvod města tvoří území obcí Halenkovice, Komárov, Oldřichovice, Pohořelice, Spytihněv a Žlutava). Vhodní občané byli osloveni v rámci sociálního šetření u osob žádajících poskytování pečovatelské služby (zpravidla se jedná o příbuzné či známé žadatelů). Čtyři občané žijí ve městě a šest občanů žije na vesnici. Ve všech případech, byli rozhovory, provedeny v přirozeném prostředí občanů. V rámci zachování anonymity informantů budeme v naší práci pro jejich rozlišení používat označení I jako informant a číslici 1 až 10 podle čísla rozhovoru.

Pro přehlednost je uvedena Tabulka č. 3, kde jsou znázorněny označení rozhovoru, dále jsou v tabulce uvedeny věk, pohlaví, nejvyšší dosažené vzdělání a profese. Poslední dva údaje poskytují informace o přirozeném prostředí, kde informanti žijí a věk pro odchod do starobního důchodu.

Tabulka 3 Informanti výzkumu

Označení rozhovoru	Věk	Pohlaví	Vzdělání	Profese	Přirozené prostředí	Odchod do důchodu
I1	61	žena	VŠ	Státní úřednice	Rodinný dům - vesnice	64 let 8 měsíců
I2	62	žena	SOU	prodavačka	Rodinný dům - vesnice	64 let 6 měsíců
I3	63	muž	VŠ	stavař	Byt - město	64 let 4 měsíce
I4	62	muž	SOŠ	policista	Rodinný dům - město	64 let 4 měsíce
I5	62	muž	SOU	řidič	Rodinný dům - vesnice	64 let 6 měsíců
I6	60	žena	VŠ	Vedoucí pracovník	Rodinný dům - vesnice	64 let 2 měsíce
I7	60	muž	VŠ	technik	Byt - vesnice	64 let 10 měsíců
I8	63	žena	SOŠ	pekařka	Rodinný dům - vesnice	64 let 2 měsíce
I9	60	žena	SOU	kadeřnice	Rodinný dům - vesnice	64 let 2 měsíce
I10	60	žena	SOU	uklízečka	Rodinný dům - město	64 let 2 měsíce

Zdroj: Vlastní zpracování, 2024.

5.5 Metoda sběru dat

S ohledem na téma diplomové práce a stanoveného cíle našeho výzkumu byl pro zpracování praktické části zvolen kvalitativní způsob šetření, který (dle Švaříčka a kol., 2007) umožňuje na základě hloubkových dat rozkrýt a reprezentovat to, jak lidé chápou, jak prožívají a vytvářejí sociální realitu, a získat tak o zkoumaném jevu komplexní a detailní obraz. Dle Gavory (2010) je tato detailnost největší předností kvalitativního přístupu a spočívá především v intenzivnosti a dlouhodobosti zkoumání. Hendl (2008) upozorňuje také na nevýhody kvalitativního výzkumu, které spočívají zejména v riziku zkreslení výsledků vlivem nedostatečných zkušeností výzkumníka či jeho nedostatečného odstupu od osobních preferencí. Dalšími nevýhodami je také větší časová náročnost výzkumu a jeho problematická zobecnitelnost.

Sběr dat byl realizován metodou polostrukturovaných rozhovorů, které byly uskutečněny na základě předem stanovených otevřených otázek. Skutil (2011) považuje polostrukturovaný rozhovor za nejpoužívanější typ interview, který na rozdíl od strukturovaného rozhovoru a striktního dodržování připravených otázek umožňuje poskytnout dotazovanému pro jeho odpovědi větší prostor. Výhodou je také to, že výzkumník má možnost rozhovor průběžně upravovat, a v případě potřeby klást doplňující a zpřesňující otázky a zároveň sledovat emoce a neverbální projevy informantů. Tento způsob sběru dat nám umožňuje získat detailní informace a je výhodný především v případech, kdy cílem výzkumu je porozumění a hlubší proniknutí do zkoumané problematiky. S ohledem na dosažení co nejlepších výsledků byly jednotlivé okruhy otázek doplněny o otázky doplňující a následně pečlivě seřazeny do logické struktury.

Před zahájením nahrávání do diktafonu a následně i na začátku nahrávání došlo k představení samotného výzkumu. Dále došlo k ujištění o anonymitě a důvěrnosti včetně vyžádání ústního souhlasu s nahráváním. Všichni respondenti s nahráváním souhlasili. S vysloveným přáním, aby po transkripci a následné analýze včetně interpretace dat došlo k vymazání nahraného rozhovoru z důvodu ochrany osobních údajů. Hendl (2015, s. 157 – 158) uvádí ve své publikaci, že pomocí včasného vyjasnění etických kroků, lze předcházet budoucím nedorozuměním.

Cílem úvodních otázek bylo nejen navození pozitivní atmosféry a získání důvěry, ale především získání základních informací o informantech. Hlavní otázky představovaly jádro rozhovorů a již konkrétněji směřovaly k cílům našeho výzkumu, které byly klíčové pro naplnění výzkumných cílů. Během rozhovorů byly informantům pokládány otázky doplňující a navazující, které umožňovaly rozšiřování jednotlivých oblastí základních otázek. V závěru každého rozhovoru byla zařazena také tzv. otázka ukončovací, při které šlo především o upření pozornosti směrem k dotazovanému, kterému byl tímto dán prostor pro vyjádření vlastních postřehů z rozhovoru a případných nejasností (Švaříček, a kol., 2007).

Otázky k dílčí výzkumné otázce 1. Jak občané vnímají blížící se nástup do SD a které faktory toto vnímání ovlivňují?

- Co se vám vybaví pod pojmem stáří?
- Jak pečujete o své zdraví?
- Přemýšlíte o tom, jak budete trávit čas v důchodu?
- Mohl/a by, jste svoji současnou profesi vykonávat i ve věku např. 68 let?
- Znáte výši průměrného důchodu vypláceného v roce 2023?
- S takovou výší důchodu, byla by, jste schopná/ý měsíčně vyjít?
- Mají podle vás dnešní senioři problémy?
- Pokud ano. S jakými problémy si myslíte, že se dnešní senioři potýkají nejvíce?

Otázky k dílčí výzkumné otázce 2. Jak se občané připravují na stáří?

- Plánujete v souvislosti se stářím změnu nebo úpravu bydlení?
- Myslíte si, že si v důchodu udržíte vaši stávající životní úroveň?
- Myslíte si, že je nutné, aby si lidé v produktivním věku spořili na důchod?
- Vy si spoříte na důchod?
- Umíte si představit, že bude stáří a odchod do důchodu hezké období?

Otázky k dílčí výzkumné otázce 3. Jaké možnosti mají občané v další životní etapě?

- Kdo by se měl podle vás o seniora, který potřebuje pomoc postarat?
- Máte děti, jaké máte vztahy, navštěvujete se, jste v kontaktu?
- Byly by ochotné a schopné se o vás v případě potřeby postarat?
- Víte, na koho se obrátit, kdo vám poskytne informace o službách a dávkách?

Otázky k dílčí výzkumné otázce 4. Jaké mají občané povědomí o důchodovém pojištění?

- Příručka budoucího důchodce, znáte, víte, kde je k dostání?
- Zajímají vás informace o změnách v důchodovém systému?
- Kde nejvíce získáváte informace o změnách v důchodovém pojištění?
- V čem vidíte největší problém důchodového systému?
- Souhlasíte se současnou právní úpravou, která umožňuje pobírat starobní důchod současně s příjmem ze zaměstnání/ze samostatné výdělečné činnosti?
- Co je třeba k žádosti o důchod?
- Pro vznik nároku na starobní důchod bude potřeba získat 40 let pojištění místo dosavadních 35 let. Domníváte se, že bude problematické tuto potřebnou dobu pojištění získat?
- V kolika letech půjdete do důchodu vy?
- Co znamená „vyloučená doba“ a jaká má význam pro důchod?
- Předčasný důchod nebo předdůchod. Každá z těchto možností má své podmínky víte o nich?
- Umíte si představit důvod, pro který, byste zvažoval/a jednu z těchto možností?

6 VÝSLEDKY VÝZKUMU

V této kapitole diplomové práce se zaměřujeme zejména na analýzu získaných dat, jejich interpretaci a závěrečné shrnutí. Pro tuto operaci byl zvolen design zakotvené teorie s využitím otevřeného, axiálního a selektivního kódování.

6.1 Rozhovory a jejich analýza

Prvním krokem při zpracování získaných rozhovorů je jejich transkripce, což v našem případě znamenalo přepis pořízených audiozáznamů do písemné podoby. Jednotlivé rozhovory byly pečlivě a doslovně přepsány do elektronické podoby a vytištěny. U každého rozhovoru došlo k ručnímu očíslování jednotlivých řádků výpovědí informantů.

Dalším důležitým krokem po uskutečnění sběru dat je jejich následná analýza, jejímž cílem bylo hledání sémantických vztahů mezi nimi a spojování deskriptivních kategorií do logických celků (Švaříček, a kol., 2007, s. 16). S ohledem na cíl našeho výzkumu byl pro zpracování dat zvolen design zakotvené teorie, která představuje sadu systematických induktivních postupů pro vedení kvalitativního výzkumu zaměřeného na vytváření teorie (Švaříček, a kol., 2007, s. 84). Tato teorie je konstruována zejména na základě sociálních procesů, přičemž nejde o zachycení okamžitého stavu, ale o popis děje, který ukazuje na vztah mezi změnou podmínek a jednáním respondentů. Základní analytickou operací zakotvené teorie je tzv. kódování, při kterém dochází k rozložení dat do určitých částí, které jsou následně přiřazeny k jednotlivým relevantním konceptům. V další fázi pak dochází ke slučování těchto konceptů na základě společného kritéria a takto vzniklé kategorie (proměnné) pak tvoří základ při konstruování teorie (Švaříček, a kol., 2007). V rámci zakotvené teorie jsou využívány tři stupně kódování, které se označují jako otevřené, axiální a selektivní.

V souvislosti se zvoleným způsobem výzkumu je nutno upozornit na skutečnost, že výzkumný soubor představuje pouze deset informantů, a výsledky šetření proto nelze zobecnit na veškeré případy, kterých se tato problematika dotýká. Přestože výroky informantů jsou pouze jejich subjektivními názory, zkušenostmi a pocity, považujeme je za zajímavé a domníváme se, že přinášejí určitý vhled do zkoumané problematiky.

6.2 Otevřené kódování

V první fázi analýzy rozhovorů bylo rozdělení textu na jednotlivé části, kterým byl ručně přidělen název neboli kód. Dle Švaříčka a kol. (2007, s. 91) kódování rozbíjí data do

fragmentů – indikátorů – a ty potom přiřazují k příslušným konceptům. Tato fáze kódování si vyžadovala opakovanou revizi kódů včetně průběžného přejmenování kódů, pokud bylo potřeba. Seznam všech kódů včetně jejich lokalizace, který vzešel z otevřeného kódování, je součástí Přílohy P IV. Dále byly v rámci jednotlivých oblastí vytvořeny kategorie, které byly postupně seskupovány, redukovány, a pomocí kterých byl následně vytvořen základ pro konstruování teorie. Sumarizace kódů je v Příloze P V.

6.2.1 Kategorie

V následující podkapitole dojde k seznámení s jednotlivými kategoriemi, které vychází z druhé fáze kódování. Označení kategorií plyne z hledání společných témat a jejich provázanosti. Mezi šest kategorií patří:

- Informovanost a povědomí
- Rozhodování a přístup
- Příprava
- Ovlivňující faktory
- Sociální vazby/vztahy
- Očekávání a přání

Význam zkratky, uvedené v popisu jednotlivých kategorií např. I 5/23 označuje Informant pátého rozhovoru a číslo 23 označuje řádek v transkripci. Popis kategorií bude výběrem nejdůležitějších poznatků napříč všemi deseti rozhovory. V Příloze P VI je přiložen jeden z realizovaných rozhovorů.

Kategorie Informovanost (příčinná podmínka)

Kategorie byla nasycena kódy: informace na úřadě, věk pro odchod do důchodu, průměrný důchod v roce 2023, příručka, co je potřeba k žádosti, povědomí o vyloučené době, zmátl termín, sociální služby, média zdroj, informace o předčasném důchodu a předdůchodu, diskuze s rodinou/se známými, aktuální informace.

Informovanost je velmi důležitá, neboť pokud nemáme informace, jen těžko se můžeme dobře rozhodovat, hůře přicházíme na to, co je správné. Mít správné informace je předpoklad pro správné rozhodnutí. Nedostatek informací způsobuje naopak inklinaci k nesprávným řešením, či špatným rozhodnutím (Fenclová, 2014, s. 27).

Tato kategorie vypovídala o zdrojích, jakými informanti získávají informace týkající se důchodového pojištění. Z vyjádření informantů plyne, že získávání informací o důchodovém pojištění a důchodu je pro ně důležité, ale může být i zdrojem zmatku. Z tohoto důvodu využívají různé zdroje informací. Zde jsou hlavní způsoby, jak občané získávají informace o důchodu. Většina informantů se obrací na úřady (obecní nebo městské) jako na primární zdroj informací o důchodovém pojištění a důchodu. Zde hledají konkrétní odpovědi na své dotazy a řeší administrativní záležitosti. (I1/48-53) „...určitě na obecním úřadě, na nějakém odboru sociálním, nebo na nějakém městském úřadě, na odboru sociálním, informovat o tom...Záleželo by od toho, co bych potřebovala, jako službu, jestli by to bylo...jenom třeba nějaká terénní služba nebo bych potřebovala něco pobytového, ale asi bych se obrátila na obecní úřad a nějaký odbor sociální.“ (I1/69) „Tak určitě na OSSZ, ...“ (I1/92-94) „... Až ten čas nastane, tak zajdu na sociálku, důchodový odbor, zjistím si, co všechno po mě budou potřebovat a začnu to všechno vyřizovat a podle pokynů dokládat.“ (I9/45) „...sociální odbor ve městě...“

Ze zjištění týkajících se věku pro odchod do důchodu se zdá, že někteří občané mají omezené povědomí o věkových požadavcích pro odchod do důchodu, jiní mají pocit, že je ještě dostatek času na přípravu na odchod do důchodu a nechtějí se touto otázkou zatím zabývat. Informace o věku pro odchod do důchodu nejsou pro některé občany v současné době prioritou. (I1/95-97) „...dneska máte plný internet různých důchodových kalkulaček, takže každý zhruba vím, kdy půjde, ve kterém roku mu vznikne ten nárok, takže pak zajdu na sociálku, aby mi to spočítali a řekli přesně, který měsíc, od kdy mám nárok.“ (I1/97) „...pak zajdu na sociálku, aby mi to spočítali a řekli přesně, ...“. (I2/48) „Á tož to já nevím, to ně řeknu až potom. Zajdu na sociálku, optám sa a ať mě řeknu co chcú a bude.“ (I2/50-51) „Tož já vím, že půjdu tak ve 64 nó a mám 62 tož mám ešte 2 roky mám čas...“ (I3/70) „No já doufám, že ve 64, pokud s tím vláda ještě něco nevyvede.“ (I4/59) „Asi v 65.“ (I5/74) „V 64 rokoch a 6 mesícoch“. (I6/66) „V 63letech a nějaký ten měsíc (smích).“ (I7/66) „Předpokládám že v 64.“ (I8/68) „64 aa 2 měsíce myslím.“ (I9/53) „No zatím to vypadá, že v 64 a pár měsících, tak doufám, že se mi to ještě do té doby neoddá.“ (I10/58) „63 a 8 měsíců vím to přesně.“

Je pozoruhodné, že pouze pět informátorů mělo informace o průměrné výši důchodu vypláčeného v roce 2023. To může naznačovat, že povědomí o konkrétních číslech a údajích týkajících se důchodů není mezi občany zcela běžné nebo prioritní. Zároveň to může signalizovat nedostatečnou transparentnost nebo dostupnost informací o důchodovém

systemu, což může být důsledkem nedostatku komunikace ze strany úřadů nebo státních institucí. Pochopení průměrné výše důchodu vyplaceného v určitém roce může být důležité pro jednotlivce, kteří se připravují na svůj vlastní odchod do důchodu, aby mohli lépe plánovat své finanční prostředky a případně přizpůsobit své úspory nebo investice. Tento nedostatek informací by mohl vést k nejistotě ohledně toho, co lze očekávat při přechodu do důchodu a jakým způsobem se finančně připravit na tento důležitý životní krok. (I1/23) „...*tipla bych, že je to něco kolem 20. 000,- Kč.*“ (I3/15-16) „...*to bylo něco kolem 20. 000,- plus mínus.*“ (I5/15) „...*myslím něco kolem 20. 000,- Kč*“ (I7/21) „...*Ale myslím si, že 18.000 Kč*“ (I8/14) „*Nevím ten průměr, ale vím, že kámoška má kolem 23.000, - Kč...*“ Jeden informant odhadoval průměrný důchod vyplácený v roce 2023 mezi 13.000-15.000 Kč. (I4/16) „...*myslím si, že to může být kolem 13.000 - 15.000, - Kč*“.

Občané se mohou najít informace o důchodovém systému a postupech také v různých příručkách pro budoucí důchodce, které jsou volně k dostání na úřadech. (I8/41-42) „*Na sociálce, dávala mě ju, když jsem tam byla ohledně důchodu. Toť ju mám, ale na mňa moc čtení. Ať mě řeknú co chcú doložit a já jim to donesu.*“

Z odpovědí informantů vyplývá, že někteří se spoléhají na informace poskytnuté na sociálním úřadě, jiní se sami snaží zjistit, jaké dokumenty budou potřeba. Někteří informanti se již aktivně zapojili do procesu zjišťování potřebných dokumentů, aby se předem připravili na podání žádosti. To zahrnuje ověření pracovní historie a zajištění potřebných potvrzení o zaměstnání. Jiní se naopak spoléhají na pomoc úředníků, kteří jim poskytují informace o tom, co je potřeba k podání žádosti. Celkově lze říci, že proces podání žádosti o přiznání starobního důchodu je pro informanty v současnou chvíli předčasný a přípravu a shromáždění potřebných informací a dokumentů tak odsouvají na pozdější dobu. (I3/69) „*Přesně nevím, ale asi si zajdu na úřad, zeptám se, co budou potřebovat, a to jim doložím.*“ (I4/58) „*Eště nevím. Asi vzít občanku a vyplnit hafo papírů na sociálce.*“ (I5/70-73) „*No, neco jsem už zjišťoval na sociálce, odpracované roky a zkontrolovat, jestli su schopný všecko doložit. Ale ženská na sociálce mě to zkontrolovala, řekla, že akorát jakési jedno potvrzení z devadesátek tak nemám, tak to sem pohledal doma, našel, poslal jí ho a je to všecko nachystané.*“ (I6/64-65) „...*Jakmile si půjdu požádat, nachystám si občanský průkaz. Vše ostatní by měli mít k dispozici, když se mi sráží v celku dost velká částka z výplaty.*“

Povědomí o vyloučené době měli čtyři z deseti. Povědomí o vyloučené době je důležitým faktorem pro občany při plánování jejich důchodových nároků. Vyloučená doba je období, během kterého nebylo odváděno důchodové pojištění z různých důvodů, jako je, základní vojenská služba, péče o děti nebo péče o nemocného člena rodiny atd. Je důležité, aby občané

měli povědomí o tom, jak tyto období ovlivňují výši jejich budoucího důchodu. Nedostatek povědomí o vyloučené době může mít negativní dopad na přesnost odhadu budoucího důchodu a na plánování důchodových příjmů občanů. Je proto důležité, aby důchodové instituce a další zdroje informovaly občany o významu vyloučené doby a poskytovaly jim potřebné informace pro vznik nároku na starobní důchod. (I1/98-101) „*Vyloučená doba, je ta doba, která se započítává do důchodu, ale člověk jako nechodil fyzicky do práce, to znamená, že to je u ženských mateřská dovolená, u chlapů ještě u nás teda povinná základní vojenská služba, jsou to studia...může, to být nějaká péče o osobu blízkou, pokud člověk pečuje, myslím si, že toto jsou ty vyloučené doby.*“ (I3/71-73) „...*v mém případě základní vojenská služba, kde jsme byli ještě všichni myslím můj ročník povinni. U ženských je to mateřská a jinak se tam, asi započítává nějaké procento péče o rodiče.*“ (I4/61-63) „...*u ženských mateřská, že jo, pracák a tak... školy, ty sa taky počítají... tak to su klidný (smích)*“ (I6/67-68) „*Je to doba, která se vám počítá do délky doby pojištění pro přiznání důchodu, jedná se o péči o dítě, nemoc, evidenci na ÚP u mužů vojna.*“ (I10/59) „...*mateřská, u chlapů vojna...*“

Z rozhovorů je zjevné, že šesti informantům chybělo jasné povědomí o konkrétním termínu "vyloučená doba" a jak je toto období definováno v kontextu důchodového pojištění. Z tohoto vyplývá, že ačkoli byli obeznámeni s tím, že určitá životní období jsou brány v úvahu při výpočtu důchodových nároků, nevěděli, že jsou takto označována tímto konkrétním termínem. (I2/53) „*no vidíte, že sa mě počítá mateřská vím, ale že sa tomu říká takto, to mě ani nenapadlo.*“ (I4/60) „...*Tak to je doba, která sa mě tam nepočítá...*“ (I5/76) „*Nó tož to už je mě jasné, to je vojna a u mojěj mateřská*“ (I7/68) „...*No ale tak to vím, jen ten termín mě překvapil.*“ (I8/70) „*No tož to by ně nenapadlo. Ale že sa ně počítá mateřská to vím.*“ (I9/55) „*Aha tak to mě překvapil jen ten název. Protože vím, že mateřská se mi počítá, a dokonce se známé počítala i doba, po kterou pečovala o ležícího tatínka.*“

Informovanost o sociálních službách a dávkách je pro občany, zejména pro ty, kteří se blíží ke stáří a odchodu do důchodu velmi důležitá. Znalost dostupných sociálních programů, dávek a služeb pro občany v blízkosti jejich bydlení, patří jednoznačně k přípravě na stáří. Správná informovanost občanům umožní využívat vhodné sociální služby a dávky, které jim mohou pomoci zvládat různé životní překážky, jako je péče o zdraví, bydlení, potřeby v oblasti důchodového pojištění a sociálního zabezpečení celkově. Nedostatek informovanosti v této oblasti může vést k nesprávnému rozhodování a nedostatečnému využívání dostupných zdrojů podpory. Je důležité, aby občané měli přístup k jasným a srozumitelným informacím o sociálních službách a dávkách, a to nejen prostřednictvím úřadů, ale také

pomocí například veřejných kampaní, webových stránek, brožur a dalších informačních zdrojů. Tímto způsobem mohou občané lépe porozumět svým možnostem a rozhodovat se na základě informovaných rozhodnutí. Z výpovědí informantů je patrné, že informace tohoto typu jim nejsou neznámé, a ve většině případů uvedli, že by hledali pomoc nejprve na úřadě nebo by si vyhledali instituce poskytující adekvátní pomoc. (I3/44) „...samozřejmě vím, že něco takového existuje, takže v případě, že bych to potřeboval, tak by mi nic jiného nezbylo, než se obrátit na tyto instituce...“ (I4/40) „Zajedu na sociálku a tam mě poradí, co dělat. Nebo ne? Anebo mňa nekam pošlů.“ (I5/36) „... bych se poohlížel po nějakých těch službách nebo bych šel někde do pečovatelského domu.“ (I5/42) „Na sociální zprávu, ...“ (I6/44-46) „...raději pokud alespoň něco zvládnou, budu řešit pomocí dostupných služeb, případně jakmile nastane skutečnost úplné bezmoci, ráda bych do zařízení, kde bude poskytována péči „cizími“ odborníky...“ (I6/49-50) „...spoustu informací mi poskytla sociální pracovnice pečovatelské služby, a to jak o příspěvku na péči a příspěvku na kompenzační pomůcky, tak o příspěvku na bydlení a podobné.“ (I7/43) „Předpokládám, že úřad nebo ústav sociálního zabezpečení v okresním městě.“ (I8/30) „...když je hlava mimo, tak už je asi aj pro tu rodinu lepší abych šla někde do domova (I8/39) „Na sociálce...“ (I8/40) „...myslím tu máme aj nějakú službu pečovatelskú...“ (I9/26-27) „...když už to rodina nezvládne tak jsou tady třeba u nás ve městě je pečovatelská služba, tak ti no a pak určitě nějaké zařízení...“ (I10/34) „...první bych volala pečovatelskú službu tady co máme...“

Úřady sociálního zabezpečení jsou obvyklým místem, kde občané získají informace o sociálních službách a dávkách. Úřady poskytnou podrobné informace o různých sociálních programech, podmínkách pro získání dávek a služeb, postupech pro jejich žádání a jaké dokumenty jsou k tomu potřeba. Pokud se občan rozhodne navštívit úřad sociálního zabezpečení, úředníci či pracovníci sociálních služeb mu poskytnou potřebné informace a poradí mu, jak postupovat dál. Mohou mu také pomoci s vyplňováním žádostí a případně mu poskytnou další pomoc při řešení jeho sociální situace. Je důležité, aby občané využívali tuto možnost a aktivně vyhledávali informace o sociálních službách a dávkách, které jsou jim k dispozici. Úřady sociálního zabezpečení jsou k tomu vhodným místem a jejich pracovníci jsou připraveni pomoci s jakýmkoli dotazem či problémem.

Informanti často získávají orientační informace o důchodu také z médií, zejména z televize, rádia a internetu. Tento zdroj je považován za snadno dostupný, ale ne vždy zcela přesný. Zdroj informací média (televize, rádio, internet), považovala většina informantů za nejdostupnější a v tomto momentě i dostačující. (I/69) „...na internetu, že, tak tam už dneska najdete všechno, ...“. (I2/36) „Tož enom tak, co někde zaslechnu, v televizi, ve zprávách...“

(I2/39) „*Jak říkám v tv.*“ (I4/46) „*Na seznamu nebo ve zprávách.*“ (I5/50) „*Sleduju to na internetu, večer ve zprávách v televizi, v práci posluchám rádio...*“ (I6/56) „*... v nejrůznějších médiích...*“ (I7/53) „*Internet...*“ (I8/40) „*...na internetu bude určitě nějaké číslo a optám sa...*“ (I9/44) „*Jednak bych se podívala na internet a tam určitě najdu, kudy kam...*“ (I10/42) „*Internet, televize, rádio...*“

Z rozhovorů se zdá, že občané mají omezené povědomí o možnostech předčasného důchodu a předdůchodu. Tyto informace jsou však důležité pro ty, kteří chtějí odejít do důchodu dříve, než je běžný věk odchodu do důchodu. Předčasný důchod může být poskytován osobám, které splňují určité podmínky, jako je dosažení určitého věku a délky pojištění, avšak obvykle je poskytován s nižšími dávkami než při běžném odchodu do důchodu. Předdůchod může být další možností, která umožňuje lidem postupný přechod ze zaměstnání do důchodu. Toto omezené povědomí může mít za následek to, že někteří občané, kteří by mohli mít nárok na předčasný důchod nebo předdůchod, nevyužívají tuto možnost a mohou zůstat déle v zaměstnání, než je pro ně žádoucí. Proto je důležité, aby byly tyto informace šířeny a aby byly občané seznámeni s možnostmi, které mají k dispozici ohledně odchodu do důchodu. Organizace, úřady a další relevantní instituce by měly aktivně informovat občany o těchto možnostech a poskytovat jim potřebné poradenství. Okrajové informace o předčasném důchodu a předdůchodu mělo osm z deseti informantů. (I1/102-115) „*Vím, protože jsem se o to zajímala čistě na teoretické bázi, takže předčasný důchod je...samozřejmě doba, kdy můžu jít...vlastně, do důchodu, dřív, než mi vznikne nárok, ovšem v předčasném důchodu...ehm nemůžu chodit si přivydělávat do zaměstnání. To znamená, že po dobu předčasného důchodu, než mi dojde ten věk toho starobního, řádný, tak musím prostě být doma. To je jedna věc a druhá věc je, že samozřejmě se mě, ten můj starobní důchod krátí. Tím podle toho, jak moc dopředu do toho předčasného důchodu idu. Oproti tomu předdůchod, je vlastně doba, kdy můžu jít do důchodu, ale mohu ...u něho pracovat a ta doba se mě vlastně započítává do starobního důchodu. Má to samozřejmě háček, a to je to, že na ten předdůchod musím mít naspořené svoje vlastní prostředky na penzijním spoření, ze kterých mě vlastně ten předdůchod bude vyplácen. Takže já vlastně budu brát předdůchod z vlastních peněz, ale mohu u toho pracovat a tím si i zvyšovat průměr na ten starobní důchod. Takže je to určitá alternativa, je to určitá možnost, ale zase není to pro každého, protože ne každý je schopný si naspořit. Ta částka není úplně malá, tak ne každý je toho schopný, aby mohl do toho předdůchodu jít.*“ (I2/55-56) „*...předčasný důchod jakože, že může jít člověk dřív do důchodu, ale zasej, dostane méně peněz, to je zas nevýhodné...*“ (I2/59-61) „*Ba!! Marja pano, de bych to vzala? Sem v životě tolik peněz pohromadě*

neviděla. Tož to né to není pro nás. A víš, co? To je zas pro ty bohaté. To pro nás obyčejné chudé lidi není. Tady toto, takové nesmysle.“ (I4/ 57) „...možu požádat o 3 nebo 5 roků dopředu, ale mosím mět těch 35 let oddělaných ...“ (I4/68) „...nešel bych ani do jednoho, půl miliónu nikde našetřené nemám a jít do toho druhého abych měl nafurt zkrácený důchod...“ (I5/80-81) „...v předčasném su krácený a to nechcu. No, ale z těch zdravotních důvodů možná bych šel. Ale našetřené půl milión nebo milión nemám...“ (I6/70-71) „...budu zjišťovat na stránkách ČSSZ, zde jsem již nějaké informace zjišťovala a je to v celku jednoduché a přehledné vyhledávání...“ (I7/69) „Sem tam něco zaslechnu v televizi ve zprávách, přečtu na internetu...“. (I8//71-73) „...do předčasného důchodu můžete jít o pár roků dřív, ale zkrátíja vám ho, a ten druhý, ten předdůchod tam zas mosíte mět ty svoje úspory, ale kolik přesně nevím, myslím půl milióna, milión...“ (I10/60-62) „...předčasný důchod, je ten o tři roky dřív, ale zkrátíja vám výplatu na dobro. No ten předdůchod, tam zas mosí mět člověk našetřené a nevím kolik, ale já stejně nespořím, takže ten nepřipadá ani v úvahu.“ (I10/64-66) „...kvůli zdravotním problémům, tak bych to asi aj zvažovala i za těch podmínek, že si tu výplatu zkrátím, protože tam člověk fakt, když nemože, tak nemože a není nic platný. Předdůchod vzhledem k tomu, že si nespořím, nepřipadal nikdy v úvahu...“

Další velmi častý zdroj informací uváděli informanti diskuze ať už s rodinnými příslušníky, kolegy v zaměstnání či známými. Mnoho občanů se obrací na diskuse s rodinnými příslušníky, kolegy v zaměstnání nebo známými, aby získali praktické rady a zkušenosti s důchodem. (I2/36) „...nebo sa dozvím od kámošů a tak...“. (I5/51) „...S chlapama sa bavíme, s manželkú doma.“ (I6/56) „... a pak taky spolupracovníci.“ (I7/53) „...někdy je to i obsah diskuze s přáteli.“ (I8/51) „...v práci sa bavíme. To sů potom debaty.“ (I9/47) „...spíše od zákaznic z kadeřnictví...“ (I10/41-43) „No jasné, s kámoškama to probíráme u piva každé pondělí (smích)...v práci od holek, doma sa bavíme s mojím s děckama, s kamoškama, tak různě.“

Pouze dva informanti si připustili, že téma odchodu do důchodu je v jejich věku 60let a 61 let dosti aktuální na to, zjišťovat potřebné informace, týkající se odchodu do důchodu a informace o důchodovém pojištění. (I1/60) „...Začíná to být pro mě aktuální, dosti aktuální, takže se zajímám o různé formy...“ (I7/52) „Ano, důchod je přede mnou, takže je to pro mě zajímavé.“

Je důležité uvědomit si, že informace o důchodovém pojištění jsou zásadní, jak pro tvorbu finanční rezervy, tak i životní úrovně v důchodu. Z tohoto důvodu je důležité, aby všichni občané měli přístup k přesným, komplexním a srozumitelným informacím, a věděli o možnosti, kam se obrátit v případě potřeby.

Kategorie Rozhodování a přístup (strategie jednání)

Kategorie byla nasycena následujícími kódy: problém systému, spoléhat sám na sebe, populace stárne, přenecháním mladým, možnosti odejít dřív, důvody, proč odejít dřív, přesluhování.

Život člověka je spjat s neustálým rozhodováním. Kvalita a množství dostupných informací mají velký vliv na přístup k přípravě na stáří a odchod do důchodu. Výsledky získané od informátorů ukazují na různorodé názory, obavy a potřeby spojené s přístupem a rozhodováním v přípravě na stáří a odchodu do důchodu.

Šest informantů uvedlo, že v současném důchodovém systému spatřují zásadní problémy a neumí si představit fungování takto nastaveného systému do budoucnosti. Nejvíce se problémy systému týkají odsouvání věku odchodu do důchodu. (I2/40-42) *„Důchody sa furt oddalujú, velice nerostú, všude taková drahota, všetko stojí hromadu peněz a důchody k tomu sú nízke. To je prostě špatně no. Ten důchod vám na ty vysoké ceny nemože nestačit. Tož potom člověk kupuje enom to nejnútnejší, enom to, čo musí a na ostatní už neostává.“* (I3/52-58) *„Jednoznačně posouvání věku odchodu do důchodu, to podle mě není ta nejlepší cesta...lidi prostě nebudou schopni všichni pracovat až do tak vysokého věku. Ano jsou tady pozice, u kterých si to dokážu představit, ale teď mě napadá mnohem víc těch, u kterých to snad není ani možné, třeba řidiči z povolání, dělníci, pracovníci ve stavebnictví, učitelé, úředníci třeba a tak dále. To jsou lidé, kteří budou mít sice důchod až v 68, ale od šedesáti budou buď na neschopenkách, nebo v invalidních důchodech, to zdraví to nezvládne. (I4/54-56) „S tím bude problém, protože bude víc lidí žádat o invalidní důchod, nebo ty no jak sa to menujepřečasný důchod. Ty lidi nebudú schopní tak dlúho dělat, nebo možná nekdo v kanceláři, ale aj ty. Stačí jít na neaký úřad a ty ženské eště nemajú ani 55 a sú hotové.“* (I5/52-58) *„Tož ty zprávy, sú jak za covidu, zmatené, nepřehledné, furt sa něco mění, mám takový pocit, že každý enom straší, ale s ničím pořádným nejrijde. To, že idú do důchodu silné ročníky sa ví už proboha od kdy, tolik měli čas, s tým, něco dělat, a jediné co vymyslija je posunúť odchod. Tož co sa asi tak stane, na to nemosíte byt ani inženýr. Ten dláždič už má co dělat včil, aby to vydržal a stejně většina nevydrží a končí v invalidním důchodě, tož jich tam bude akorát víc. Ale at' si to ti navrchu idú vyzkúšat dělat takovú prácu venku v dešti, ve větru v létě v horku, jak dlúho si myslíte, že sa to dá vydržat?Ale to ti kancelářští nevidíja.“* (I10/44-50) *„...největší problém vidím v tom posunování věku do důchodu. Ty lidi prostě nemajú takové zdraví, aby mohli všeci dělat až nevím do kdy. To budú odpadávat v práci, to sa důchodu ani nedožijú anebo jo, ale jako ležáci. To není řešení, ano víme všeci, že sa lidi dožívajú vyššího věku, ale těch není tolik, aby to takto zvyhli všeckým. Co ti dělníci*

ve fabrikách? Já jsem dělala chvíli pár roků v Barumu a řeknu vám, že to bylo za trest. Dělat tam celý život, jak nekeří, tak sa toho důchodu ani nedožiju. A na toto ti navrchu vůbec nemyslíja.“

Velmi konstruktivní je názor informanta osmého rozhovoru, který uvádí, jako jedno z možných řešení problému důchodového systému poskytnout větší podporu mladým rodinám, což může pomoci snížit finanční tlak a zvýšit stabilitu pro budoucí generace. (I8/54-61) *„Ono to není ani problém důchodového systému, ale systému jako takového celého. Mladí nejsou nijak podporováni, aby měli rodiny, dneska si na ty děcka musíte napřed našetřit. Potom když si mladá matka hledá práci, tož sa jí první ptajů, kdo bude hlédát, potom zas ona nemože chodit na směny, protože má děcka a je třeba sama. Jistoty žádné, žije od výplaty k výplatě, tož kde je nějaké spoření, že? No a potom důchody sa enom posouvajů, ale peníze sa zas až tak nezvýhajů. To poplatky měsíčně ty už sů až za komínem, to také není jednoduché, no a když si to dáte všechno dohromady, tak co z toho života máte? Potom nemajů byt lidé nasraní, zamračení, závistivý a já nevím.“*

Navyšování délky doby pojištění je další nepopulární nutný krok, přesto 50 % informantů uvádí, že pracující nebudou mít problém tuto dobu odpracovat. (I5/67-69) *„kdo bude chtět dělat, tak bude a nebude to nic hrozného, ale ti, co dělat nechců a nebudů, to budů mět možná horší“*(I7/63-64) *„To nebude nijak problematické. Pokud tady člověk pracuje, odvádí daně, platí si sociální, tak si nemyslím, že by to měl být nějaký problém. Těch 40 let je reálný.“*(I8/65-66) *„Nemyslím proč, posunuje sa odchod, tož to bude s tým, kdo dělá, tomu to ani nepřijde a kdo né, tož ten má problém.“*(I10/54-56) *„No tak to je úplně v pohodě, protože já půjdu do důchodu v těch 64 a budu mět oddělaných 42 roků. A to mě, stačí těch 35 roků. Takže tak, a to nevím, jestli sa mě počítá aj mateřská.“*

Jako lepší varianta se jeví spoléhat sám na sebe, než nespoléhat na stát. (I1/35) *„Člověk by se měl na to stáří připravovat sám...“* (I3/46) *„...dneska už nemůžete spoléhat jen na stát...“*(I7/33) *„...budme realisti, stát se o ně nepostará...“*(I7/45) *„...by neměli spoléhat na nějaké zabezpečení na stáří od státu, ...“*(I7/54-58) *„...že nejlepší v tomto směru je odkázat sám na sebe, tzn., že nebudu čekat, nebudu spoléhat na stát, ale budu se muset snažit zařídit sám...“* (I8/44) *„...v dnešní době, kdy si každá vláda dělá, co chce, sa mosí člověk spoléhat hlavně sám na sebe...“*

S populací, která stárne, je stále více diskutováno, jak zvládnout ekonomické a sociální důsledky tohoto trendu. Někteří informanti by byli ochotni přenechat svá pracovní místa mladším generacím. (I1/76-78) *„...důchodců začíná být pomalu víc než lidí v produktivním věku, na ty důchodce, když to řeknu, úplně jednoduše nebude mít kdo dělat ...“*(I3/46)

„...Populace stárne, to slyšíte ze všech stran...“ (I3/67) „...důchodců začíná být víc než těch mladých lidí...“ (I8/45) „...Starých nás přibývá a mladí nejsů...“

Čtyři informanti by již přenechali své pracovní místo mladším, nebo by rádi mladšího zaučili a předali své zkušenosti, ale v rozhovoru uvádí, že chybí zájem a vůle mladší generace. (I5/59-61) „Tož třeba u nás ve firmě, je to tak, že já bych to už aj včil nechál mladým, nebo jich aspoň zaučil jo, ale jim sa nechce dělat. To přijde nekdo nový a než mu skončíja ty tři měsíce je pryč, na ně je to moc práce, v létě sa dlůho dělá, když je potřeba idem aj v sobotu, ale to oni dělat nebudů...“ (I6/25) „...přenechám mladší generaci a případně, bude-li zájem o předání zkušeností...“ (I6/60) „...Prostor by měli dostat v první řadě mladí...“ (I8/46-48) „...Prostor by měli dostat v první řadě mladí...“ (I10/51-53) „...Určitě by na vedoucích místech měli být mladí. A důchodci at' si přivydělávajů ve školce, v kuchyni, a já nevím kde jinde. Prostě jsou místa, kde by měli být mladí...“

O možnosti odejít ze zaměstnání dříve, než vznikne nárok na řádný starobní důchod, přemýšlí tři informanti z deseti. Volili by z důvodu špatného zdravotního stavu podání žádosti o invalidní důchod nebo by se nechali evidovat na úřad práce. (I2/54) „...napadá mě invalidní důchod anebo pracák.“ (I2/62-63) „Šla bych maródit, rok bych maródila, pak bych šla na pracák, a z tama do důchodu. Co už možu, jiná možnost není.“ (I4/64-66) „...kdybych onemocněl, tak maródím, nebo idu do invalidního důchodu, kdyby mňa vyhodili, tak dostanu nějaké odstupné a budu hledat druhů práci a než ju najdu, půjdu na pracák...“ (I4/68-69) „...Bud' bych šel maródit, nebo na pracák...“ (I5/77-79) „...když bych měl zdravotní problémy, tak nevím asi bych maródil nebo invalidní důchod...“

O možnosti předčasného důchodu nebo předdůchodu z různých důvodů, i přestože volba předčasného důchodu bude mít dopad na finanční stabilitu, jsou někteří informanti schopni uvažovat pouze v případě řešení náročné osobní či rodinné situace. Důvody, pro které by informanti byli ochotni, zvolit tuto jsou fyzicky namáhavé nebo psychicky náročné zaměstnání, zdravotní problémy, vyčerpání z důvodu nepřetržitých provozů, pomoc dětem nebo pomoc rodičům. (I1/117-119) „...dovedu si představit, že pokud má někdo opravdu nějaké hodně těžké zaměstnání, fyzickou námahu, nebo nějaké psychicky náročné zaměstnání nebo jsou to nějaké nepřetržité provozy, tak že tady tito lidé...už musí být opravdu.... Hodně, vyčerpání ...“ (I3/ 21-22) „...nevím jak dlouho takové tempo, ten záprah vydržím, zvládnu ...“ (I3/79) „Jedině zdravotní problémy, které mi budou bránit ve výkonu mojí současné práce...“ (I5/80-81) „...z těch zdravotních důvodů možná bych šel ...“ (I7/73) „...už fakt z nějakého důvodu nemůžou, at' už ze zdravotního, nebo já nevím potřebují pomoc dětem, nebo mají třeba ještě sami rodiče, kteří potřebují pomoc, nevím.“ (I8/12) „...né

každému zdravíčko slouží ...“ (I9/58-59) „...potřeba, dětem pomoci skrz děti... nebo kdyby třeba rodiče nebo manžel potřebovali péči a pomoc...“ (I10/63-64) „...No, kdybych dělala, to, co dřív, třeba v té fabrice nebo pečovatelku v domově, odkud jsem vlastně odcházela kvůli zdravotním problémům, tak bych to asi aj zvažovala i za těch podmínek, že si tu výplatu zkrátím, protože tam člověk fakt, když nemože, tak nemože a není nic platný...“

Předčasný důchod nebo předdůchod může být vhodnou možností pro občany, kteří již necítí dostatečné síly nebo schopnosti pokračovat v pracovním životě, zejména pokud pracují v náročných prostředích nebo tam, kde je vyžadována vysoká úroveň počítačové gramotnosti, neustálá pozornost a soustředění. Takové pracovní prostředí může být náročné na fyzickou i psychickou kondici, a mnoho občanů může začít pociťovat únavu a vyhoření. V takových případech může předčasný důchod nebo předdůchod poskytnout možnost odpočinku, což může pomoci obnovit síly a zlepšit kvalitu života. Je důležité mít možnost zvážit své možnosti a rozhodnout se podle svých individuálních potřeb a možností. Pokud se cítíte vyhořelí nebo necítíte dostatečné síly na pokračování v práci, může být uvažování o předčasném důchodu či předdůchodu rozumnou volbou. (I1/27-29) „...pracuji na úřadě, kde člověk musí mít ... počítačovou gramotnost, být neustále ve střehu, a v kontaktu s novými zákony, směrnicemi, ten tlak, a vůbec držet ten krok s mladými si myslím, že to už snad není ani možné.“ (I5/20-21) „...třeba v tom bagru už bych sa bál... potřebujete postřeh, pozornost, soustředění, a to musí být 100 %...“

Přesluhování neboli setrvání v pracovním procesu i po dovršení věku potřebného pro vznik nároku na starobní důchod se ukázalo jako preferovaná volba pro šest z deseti informantů. Toto rozhodnutí je motivováno různými faktory, jako jsou například finanční potřeby, pocit užitečnosti a smysluplnosti práce, nebo nedostatek finančních prostředků. Pro některé může pracovní angažovanost i po dosažení důchodového věku přinášet radost a pocit naplnění. Zároveň může mít přesluhování pozitivní dopad na celkové zdraví a pohodu jednotlivce, pokud je práce stimulující a uspokojující. Je důležité, aby jednotlivci, kteří zvažují přesluhování, vzali v úvahu své osobní potřeby, možnosti a zvážili, zda je tento krok pro ně vhodný. Také je důležité mít na paměti, že důchodový systém a pracovní trh se mohou v průběhu času změnit, a proto je důležité pružně reagovat na nové podmínky a situace. (I1/65) „...pokud se člověk bude cítit dobře a bude v pořádku, tak je možné že třeba nějaký rok, dva, tři bych mohla přesluhovat...“ (I3/76-78) „...mám v plánu, jak už jsem říkal, spíše přesluhovat než se hnát do důchodu dřív (smích)...“ (I5/62-64) „...mě už sa mistr ptal, jesli už sem uvažoval, že bych ostal delej nebo estli chcu jít do důchodu tak jak mám jít. Tož řekl

jsem mu to, co vám, když to budu zvládat, tak proč ne...“ (I6/26) „...bude-li zájem o předání zkušeností či výpomoc, přistoupím na nějakou dohodu.“ (I6/74) „...Pokud budu schopná práce, mám v úmyslu být v práci co možná nejdéle.“ (I7/70-71) „...Spíš než jít do důchodu dřív, přemýšlím o tom, jak jsem říkal, zůstat v práci co to půjde. Ale kdo ví? (smích)“ (I8/74) „...chtěla bych být v práci co nejdél to půjde...“

Tato zjištění ukazují na složitost rozhodování a přístup k přípravě na stáří, které jsou ovlivněny mnoha faktory, včetně finanční situace, zdravotního stavu, sociální podpory a vnímání důchodového systému. Je důležité, aby vládní instituce, neziskové organizace i soukromý sektor spolupracovaly a poskytovali dostatečné informace a podporu pro každého.

Kategorie Příprava (jev)

Tato kategorie byla nasycena kódy: finanční rezerva, spoření, spoření ve více produktech, finance uložené v nemovitosti, jiné priority, volba každého, skromnost, úprava bydlení, vlastní bydlení, společné bydlení, bydlení v nájmu, životospráva, změna místa, místo pro důchodce.

Co se týká samotné přípravy na stáří a odchod do důchodu, je ovlivněna jednak uvědomění si blízcího se stáří a informovaností o důchodovém pojištění. Tento pocit může být motivací k přemýšlení o finančním zabezpečení a plánování budoucnosti. Jedná se o jakési spouštěče přiznání si nutné přípravy či přípravy samotné.

Finanční rezerva tvořená spořením nebo odkládáním financí do různých produktů. (I1/25-26) „...díky, penzijnímu spoření máme samozřejmě nějaké finanční rezervy...“ (I3/9) „...my s manželkou si oba dva spoříme celý život na důchod, ...“ (I5/48) „...já si něco málo odkládám, peníze sa dycky hodí...“ (I6/53-54) „...Myslím si, že co se týká finančního zabezpečení, tak má-li někdo finanční polštář, lépe se zajišťují i různé služby...“ (I8/16) „...A kdyby bylo potřeba na něco nenadálého, tak mám cosi odložené, tak snad by to stačilo...“ (I8/50) „No není to úplně spoření, ale snažím sa odkládat si něco na horší časy, jak já říkám.“. A kdy je ten správný čas, začít spořit nebo odkládat finance na důchod? Čím dřív, líp. Přikláníme se k názoru informanta sedmého rozhovoru, který uvádí, že důležité je začít s finanční přípravou a vytvářením finanční rezervy na stáří již v mládí. (I7/45-50) „Myslím si, že lidé nejpozději od 30 let by neměli spoléhat na nějaké zabezpečení na stáří od státu, ale měli by si neví, jestli spořit, ale část peněz vkládat někde investovat právě na stáří. Nemyslím tím úplně státní dluhopisy nebo tady ty finanční věci, ale...je strašně důležitý, aby mladí lidi měli finanční vzdělání, které neví, jestli jim škola úplně dá, ale aby si sami ve

svém volném času našli prostor, aby si mohli tady ty finanční prostředky dobře vkládat právě na to stáří a zhodnocovat minimálně o tu inflaci.“

Možnost spořit nebo odkládat si finance na později nemá každý. Ten, kdo ano, může mluvit o štěstí. Z tohoto důvodu je důležité, aby vlády, neziskové organizace i soukromý sektor spolupracovaly na vytváření podmínek, které umožní větší finanční inkluzi a zajištění, že všichni lidé budou mít možnost v produktivním věku si odkládat finance na stáří. (I9/36-38) *... ne každý má to štěstí a tu možnost si odkládat, i tak od lidí kolem sebe, blízkých, známých, nebo z kadeřnictví vím, nebo se mi zdá, že je spíš víc těch, kteří vyjdou s výplatou tak akorát. Takový lidé o tom že by si měli, odkládat na důchod nechtějí ani slyšet...“* (I10/39) *...já nespořím, protože z mého platu neostává nic a chybí už teď...“*

Znalost důchodového systému a možností spoření může hrát klíčovou roli při rozhodování o přípravě na stáří. Informace o výši důchodu, délce pojištění a různých možnostech spoření mohou pomoci lidem při plánování jejich finanční budoucnosti.

Spoření a tvorba finanční rezervy jsou důležitými prvky při přípravě na stáří. Finanční rezerva může poskytnout bezpečnostní síť pro nepředvídané události a zajištění životní úrovně v důchodu. (I1/12) *...na důchod celkem dost dlouho spoříme s manželem...“* (I1/14) *...díky tomu, že si spoříme, tak si myslím, že naše životní úroveň nijak zvlášť neklesne...“*. (I1/18-19) *...pokles životní úrovně, ale to se podle mě týká jen určité skupiny lidí, kteří samozřejmě podcenili spoření na důchod, to znamená, že si nespořili nebo začali spořit pozdě anebo si spořili málo, protože třeba nemohli. To ještě neznamená, že by nechtěli...“* (I5/46) *...Já si spořím, ale záleží na tom, jestli si mají lidé z čeho spořit, jestli si chtějí spořit ...“*(I8/44-45) *...pár stovek, když máte jakúsi tu výplatu sa oželet dá, ale za tych x rokú sú z toho pěkné peníze, ktoré sa vám hodíja...“*

Spoření ve více produktech současně. ...“(I1/55-58) *...já mám stejně jako manžel uzavřené dva penzijní fondy, mám životní pojištění.“* (I6/11) *...ano a dělám proto vše co jde, myslím tím hlavně spoření si na důchod.“*(I6/52-53) *... sama si spořím na penzijním připojištění a mám dostatečnou rezervu – spořicí účet a stavební spoření...“* (I7/50) *... investuju si do dlouhodobých fondů.“*

Finance uložené ve vlastní nemovitosti, zhodnocování bytu, rodinného domku, nebo chaty či pozemku. I takové varianty uváděli informanti, jako určitou rezervu financí na stáří. (I2/35) *„Jediné, co s mojím máme je tento domeček.“* (I3/48 - 49) *... Já sám si spořím do penzijního fondu. Máme se ženou vlastní byt, chatu, to všechno bysme, byli ochotní prodat, kdyby bylo potřeba* (I9/41 - 42) *... máme vlastní dům. A ten můžeme prodat, takže dá se říct, že i v něm jsou jakési uložené peníze.“* ...“

Každý jedinec má své vlastní priority a hodnoty, a proto je důležité, aby si každý mohl vybrat způsob, jakým se připraví na stáří, který nejlépe vyhovuje jeho potřebám a představám o životě po odchodu do důchodu. (I2/29) „...*Fčíl já na to nemám ani čas, abych někde chodila a zjišťovala...*“ (I4/32) „*No moc né no, néni čas*“ (I4/43) „...*Nikdy sem nad tým nepřemýšlál. Nebyl čas.*“ (I5/2) „*Nemám na to čas.*“ (I5/46-47) „...*zaleží na tom, jestli si mají ľudé z čeho spořit, jestli si chtějí spořit, nebo si peníze užívajú radši v mládí...*“

Jen malá část informantů na informaci týkající se průměrné výše důchodu vypláceného v roce 2023 by neměla problém se uskromnit a vyjít i s takovou výší důchodu, která je mnohem nižší než jejich dosavadní příjem. Tento fakt ukazuje na to, že mnoho lidí má vysoké nároky na životní úroveň a je závislých na svých dosavadních příjmech. V této situaci je důležité poskytnout lidem podporu a možnosti, aby mohli plánovat svou finanční budoucnost a přizpůsobit se změně životního stylu a nákladům. To může zahrnovat finanční vzdělávání, podporu při plánování důchodu a poskytování sociálních služeb pro ty, kteří se ocitnou v obtížné životní situaci. (I3/11) „...*My jsme celkem skromní, co se týče životních nákladů, takže já si myslím, že my problémy mít nebudeme.*“ (I5/17) „...*Na to běžné, voda, elerika a domácnost by to stačilo...*“ (I7/12-14) „...*Finančně to nepředpokládám, tam půjdu určitě na nižší úroveň, dokážu si představit, že i s menším obnosem peněz si dokážu i tak zabezpečit kvalitní život...*“

Informant sedmého rozhovoru přikládá mnohem větší význam času, který stráví s nejbližšími než finančním záležitostem. Pro ně je kvalita života a spokojené vztahy důležitější než finanční bohatství. (I7/14-17) „...*není to o té finanční stránce. V naší rodině je to spíš o těch jednodušších věcech, třeba společných výletech, které nás budou naplňovat. Když strávíme společně někde nějaký čas. Není to primárně jen o penězích. Ale samozřejmě jsou peníze velmi důležitá složka k životu.*“ (I8/7) „...*snát' zvládnú zaplati všecky ty poplatky a to ostatní, to sa dycky dá nejak omezit, když nebudú peníze nebude sa hůjat, jak říkavali naši...*“ (I8/15) „...*Výplatu včil nemám o moc vyšší. Trošku sa uskromním a bude dobře...*“ Úprava bydlení je důležitým aspektem přípravy na důchod a může ovlivnit kvalitu života a finanční stabilitu v této životní fázi. (I1//30) „...*do důchodu stihneme všechno upravit a pospravovat...*“ (I3/24-25) „...*zvažujeme rekonstrukci koupelny a WC, jinak nám dispozice bytu vyhovuje...*“ (I4/29) „...*rekonstruuujeme rači v patře. Asi vzpomínky. No a schody jsme neřešili. Zatým možem obá dvě, a až nebudem moct, tak to zasej nejak pořešíme...*“ (I5/23) „*Upravujeme ted', a tak aby nám to potom stačilo...*“ (I5/25-26) „...*ale kdysy, když sa nám bude eště chtět a budeme na to mět peníze si to možeme pospravovat důle a navrchu to necháme třeba pro vnuky...Nebo to prodáme a najdeme si něco lepšího...*“ (I6/27-30)

„Přestěhovali jsme se s manželem z bytu ve městě do vedlejší vesničky, kde má manžel dům se zahradou.... Takže, jsme se rozhodli, že si dům, dokud jsou příjmy a síla zrekonstruujeme a přestěhujeme se...“ (I8/20-21) „...mě syn pospravoval koupelku, vyhodil vanu a dal sprchový kout, mám tam madla a sedátko, tak je to fajn...“ (I9/21-23) „...s manželem snažíme, když můžeme udělat ty větší rekonstrukce udělat teď, když ještě můžeme a máme i ty jakési peníze. Manžel je šikovný a spoustu práce si udělá sám, ...“

Vzhledem k těmto informacím je důležité, aby jednotlivci plánovali své bydlení v důchodu a zvažovali možnosti, které nejlépe vyhovují jejich potřebám a také finančním možnostem (úprava bydlení, plánování rekonstrukce, či výměna nebo prodej stávajícího bydlení). K úspěšné přípravě na důchod patří plánování a zohlednění všech aspektů života, včetně bydlení. Většina informátorů uvedla, že žije ve vlastním bydlení, což může být důležité pro stabilitu a pocit bezpečí v důchodu. Vlastní bydlení může také poskytnout možnost úprav a přizpůsobení prostoru potřebám seniorů, jako jsou bezbariérové úpravy nebo úspory energie. (I1/15) „... Žijeme na vesnici, máme vlastní dům, zahradu, ...“ (I2/19) „S mojím máme domeček svůj malý, přízemní to nám stačí ...“ (I3/23) „Bydlíme se ženou v přízemním bytě v centru města, takže změnu určitě řešit nebudeme ...“ (I5/23) „...Máme vlastní barák, zahradu na dědině ...“ (I6/28) „...kde má manžel dům se zahradou. ...“ ...“ (I8/6+20) „...domek je můj... Domeček mám přízemní, akorát...“ (I9/41) „...máme vlastní dům...“ (I10/19) „...býváme ve svém, ani schody nemáme ...“

Mnoho informátorů sdílí své bydlení s partnerem nebo dokonce i s rodiči. Tato forma spolubydlení může nabídnout ekonomické výhody a sociální podporu pro starší osoby. (I5/4-6) „...žijeme ve velikém dvougeneračním baráku a jsme na to dvě nebo teda tři, když budu počítat ještě moju matku, která s nama žije. Ta má celé patro dule a my s manželkou jsme v patře navrchu. ...“ (I6/28-29). „V domě žije jeho matka, která už potřebuje čím dál víc a častěji pomáhat, ...“

Někteří informanti uvedli nájemní bydlení jako nevýhodu, což naznačuje, že mohou být znepokojeni nejistotou spojenou s nájemním trhem, možnými zvýšeními nájemného nebo omezeními při úpravách bytu. (I1/20) „...kteří žijí prostě někde v nájemním bydlení, takže je samozřejmě devastuje vysoký nájem...“ (I4/20) „...Ale pro někoho, kdo platí nájem a má závazky, tak to může být hodně velký průser...“

Dodržování správné životosprávy a prevence je další z oblastí důležité pro přípravu na stáří a důchod. Zdraví a pohoda hrají důležitou roli v kvalitě života v pozdějším věku. Pravidelná konzumace vyvážené a životosprávné stravy je klíčem k udržení dobrého zdraví. Fyzická aktivita je důležitá pro udržení dobrého zdraví a kondice v pozdějším věku. Pravidelné

cvičení, jako je chůze, plavání, jízda na kole nebo jóga, může pomoci posílit svaly, zlepšit kardiovaskulární zdraví, udržet hmotnost a zlepšit náladu. Pravidelné preventivní prohlídky u lékaře a pravidelné kontroly zdravotního stavu mohou pomoci odhalit možné zdravotní problémy včas a zabránit jejich zhoršení. Omezení konzumace alkoholu, nekouření a vyhýbání se užívání drog jsou také důležité prvky správné životosprávy a prevence. Péče o duševní zdraví je rovněž zásadní. To zahrnuje pravidelnou relaxaci, vyhýbání se stresovým situacím, udržení sociálních kontaktů a hledání podpory v případě potřeby. Zdraví a pohoda jsou základem kvalitního života v pozdějším věku. (I1/4-6) „...pokud se člověk drží nějak v kondici a dodržuje nějakou přiměřenou životosprávu. Tak si myslím, že jako stáří minimálně ten začátek stáří může být ještě velice zajímavé období.“ (I1/32-34) „...Snažíme se pečovat o své zdraví, takže v rámci možností člověk, se hýbeme. Snažíme se dodržovat nějakou životosprávu, snažíme se chodit pravidelně na různé prohlídky, preventivní, kontroly, i na očkování.“ (I2/22) „...neaké ty vitamíny si v lékárně koupím, když je třeba tá chřipková epidémia ...“ (I3/26-27) „...Chodíme na lékařské prohlídky, v rámci možností a času sportuji. Občas se ženou jezdíme v zimě na lyže, máme rádi běžkování. V létě se věnujeme celkem dost turistice. ...“ (I3/29-30) „...máme celkem aktivní a zdraví životní styl. Nepřejídáme se, netrpíme nadváhou, nekouříme, pijeme jen příležitostně (smích)...“ (I5/29-32) „...Jinak nekůřím už 20 roků, piju enom když je příležitost (smích) a chodím na procházky, ty mám rád. Vnuci říkají, že chodím na obchůzku revíru (smích) nikdy ide nejstarší vnuk se mnů, tak to je takové fajn. No, a když je sněh, nebo sa dostanem s manželkú za sněhem, tak máme rádi běžky.“ (I6/31-34) „Snažím se o zdravý životní styl, ač se mi nedaří vždy (smích)... U mě je na prvním místě dostatek spánku, pak pravidelné preventivní prohlídky, dále ze sportovních aktivit – s manželem rádi jezdíme na kole, v zimě lyžujeme a máme velkou zahradu, což zabere taky jakousi aktivní činnost. A hlavně pozitivní myšlení (smích).“ (I7/30-32) „Pravidelný pohyb, otužování, vyhýbám se stresu (smích). Naučil jsem se, že co nemůžu změnit, nezměním a nemá smysl na to plýtvat silu a energii. Přece jen zdraví máme každý jen jedno. Ale trvalo to, nemyslete si (smích).“ (I8/23-26) „K doktorce chodím, když je potřeba, jinak ne. Pohybu mám v práci dost, ale ráda jsem na zahrádce, zajdeme občas se synem na procházku, nebo mě vezne do města na veliký nákup. No a co sa týká zdravej stravy, jím, na co mám zrovna chuť a je mě jedno jestli to zdravé nebo ne. Mám ráda zabijačku, taková tlačienka s jitrniců, mňam (smích).“ (I9/24-25) „Snažíme se, celkem pravidelně chodíme na procházky, začala jsem s jógou, vitamíny, dodržujeme pravidelné prohlídky u doktorů.“ (I10/21-23) „...chodím každé pondělí do tělocviku s ženskýma, potom si zajdem na pivko, pokecáme a idem dóm, ale to je spíš takové to duševní zdraví. Tam nejde

o to pivo, ale spíš o ty ženské. My tam prodrbeme úplně všechno. To nám ty huby jedů jak kolovrátky (smích).“

Změna zaměstnání před odchodem do důchodu může být strategickým rozhodnutím, které umožní lidem lépe připravit se na přechod do nové životní fáze a zajistit si stabilní a příjemnou práci i v pozdějším věku. (I1/81-84) *„Tak je to dobrovolné. Kdo chce a zdraví mu to dovolí, ta, proč by nemohl pracovat? Neříkám, že musí dělat konkrétní svoji profesy, kterou dělal posledních 20, 30 let, ale může klidně na částečný úvazek, brigádně někde vypomáhat, myslím si, že je spousta oborů, kde uvítají tady tyto...pracující důchodce. Pokud se člověk cítí, tak určitě ať pracuje.“* (I4/21-24) *„...Policajti ve věku 50, 55 je takový strop, to už sa bavíme o tom, že ti lidé už mají svoje, takové pozice, kde nejsou vystavovaní povětrnostním podmínkám, službám, přesčasom, takže sú uklizení v kancelářách a tam možů do důchodu nějakým způsobem vydržat...“*

Někteří lidé mohou preferovat práci i v důchodu z ekonomických nebo sociálních důvodů. Přechod na méně náročnou pozici by mohl umožnit pracovat i ve starobním důchodu, což by jim poskytlo dodatečný příjem a smysluplnou činnost. (I4/52-53) *„...sů tady eště takové místa, jako třeba výpomocné, částečné úvazky, dohody, obchodní zástupci na živnosti a tak, tož to by mohli dělat důchodci, keří nechců sedět doma jak já.“* (I6/61) *„...ano v důchodu mohou, důchodci vyplnit výpomocná místa.“* (I7/59-62) *„...Proč ne? Když se na to člověk cítí, nebo třeba ty peníze mu pomůžou, tak proč ne. Přece je lepší, když se snaží člověk sám, než být závislý na druhých nebo státu. Asi to úplně nevidím na třisměnný provoz, ale určitě se najdou na pracovním trhu místa, kde by si mohl šikovný důchodce přivydělat, zabít tak fůru volného času, a být užitečný.“* (I9/49-50) *„...ono je hezké, že si člověk, který je vitální, takhle může přivydělat, ale podle mě, pokud má důchod, už by neměl blokovat místo, protože je spousta nezaměstnaných lidí.“* (I10/51-52) *„...důchodci ať si přivydělávají ve školce, v kuchyni, a já nevím kde jinde...“*

Uvažování o změně zaměstnání může být součástí přípravy na důchod a plánování budoucnosti. Lidé mohou chtít zajistit si stabilní a příjemnou práci i po odchodu do důchodu, aby měli aktivní a plnohodnotný život i v pozdějším věku. Závěrem je třeba zdůraznit, že příprava na stáří je individuální proces a závisí na osobních preferencích, životní situaci a hodnotách každého jednotlivce. Je důležité, aby lidé měli dostatek informací a možností, aby mohli rozhodnout o své finanční budoucnosti a kvalitě života ve stáří.

Kategorie Ovlivňující faktory (kontext)

Tato kategorie byla nasycena kódy: odpovědnost státu, nedostatek financí, společné hospodaření, zdraví, zdravotní problémy.

Tyto faktory mohou být buď vzájemně provázané, nebo jejich vliv na přípravu na stáří může být individuální. Je důležité, aby občané brali v úvahu všechny tyto faktory při přípravě na své stáří a hledali způsoby, jak překonat případné překážky a snažili se tak dosáhnout finanční stability a pohodlí i v pozdějším věku.

Odpovědnost státu. Stát je odpovědný a musí se o starého, nemocného člověka postarat. Jaké je to správné pořadí, kdo by se měl postarat jako první a kdo by měl péči přebírat, když síly už nestačí? V otázkách směřujících k této problematice měli informanti dost jasno. Rodina jako první, a pokud už síly rodiny nestačí, nebo je-li to rodina, kde nejsou, členové schopni samotnou péči poskytovat měli by potřebnému, minimálně pomoc se zajištěním péče a vyřízením všech náležitostí. Z rozhovorů vyplynulo, kolik informantů by v případě potřeby očekávalo, že se stát postará a je to vlastně odpovědnost státu zajistit potřebnou pomoc a péči. Objevily se i názory, že rodina je ta prvořadá a v případě, že už na péči nestačí, měl by tady být stát, který zajistí dostatečnou péči. (I1/37) „...stát by měl být asi až po té rodině.“ (I2/32) „...O mňa sa mosí postarat stát. Tož snát' sa aj postará.“ (I4/33-34) „...stát. Šak jsem celý život dělal a státu odváděl, tak se o mě snad až budu potřebovat, t postará...“ (I6/17) „že se stát o ně nestará“ (I6/35+41) „Především rodina... Ale když nefunguje, tak nezbyvá než stát.“ (I9/26+27) „V první řadě určitě rodina.... No, a pak určitě nějaké zařízení, jakože stát.“ (I9/39) „...šak celý život dělám a odvádám, tak sa o mňa snát' stát postará...“ (I10/24) „Měl by to být stát, ale dělá to rodina.“

Nedostatek financí je jedním z hlavních problémů, který může významně ovlivnit přípravu na stáří a odchod do důchodu. Existuje několik důvodů, proč nedostatek financí může být v této fázi života zvláště problematický. Lidé s nízkými příjmy během pracovního života mohou mít omezené možnosti spoření nebo investic, což může vést k nedostatku financí v důchodu. Mnozí lidé nedostatečně spoří nebo vůbec neplánují svou finanční budoucnost, což může vést k nedostatku finančních prostředků v důchodu. Také nepředvídané události, jako jsou zdravotní problémy, opravy domu nebo ztráta zaměstnání, mohou vyžadovat finanční rezervy, které mohou ohrozit finanční stabilitu v důchodu. Růst cen zboží a služeb v důsledku inflace může snížit kupní sílu penzí a úspor, což může vést k finančním potížím v důchodu. V neposlední řadě je to existence dluhů, jako jsou hypoteční úvěry, spotřebitelské úvěry nebo kreditní karty, které mohou zatěžovat rozpočet v důchodu a snižovat tak

dostupné finanční prostředky. Nedostatek financí v důchodu má značný dopad na životní úroveň a pohodu jednotlivců, proto je velmi důležité přijmout kroky k minimalizaci těchto rizik již v průběhu produktivního života. (I1/72-73) „*Největší problém, no peníze... neustále slyšíme, že peníze stát nemá...*“ (I2/6-7) „*Šak žijeme od výplaty k výplatě...*“ (I2/9-11) „*...Hlavní problém sú peníze a je jedno kolik vám je... máte takovú drahotu, všetko stojí takových peněz a platy furt nerostú. Človek sa dře, aby všetko poplatil a neostane mu skoro nic.*“ (I2/32) „*...Já nemám celý život...*“ (I2/34-35) „*...výplatu mám minimální, sotva vyjdeme. Z čeho bych tak jako ještě spořila, ...*“ (I2/56-57) „*...Už tak sú ty důchody malé a když ještě půjdete dřív, ještě vám jich snižija, co vám potom ostane.*“ (I3/13) „*...problémy mají, asi nejvíce finanční...*“ (I3/62-64) „*..., výše důchodu od státu není nijak závratná suma...*“ (I4/67-68) „*...půl miliónu nikde našetřené nemám a jít do toho druhého abych měl nafurt zkrácený důchod, tož to také ne...*“ (I6/13) „*...problémy s výší důchodu...*“ (I6/16-17) „*...v mém okolí jsou senioři, kteří si neustále stěžují na nedostatek financí...*“ (I8/12) „*...problém s penězama...*“ (I8/76) „*...protože aj když si odkládám, tož milión tam není...*“ (I9/12) „*...peníze, kterých je pořád málo...*“ (I9/37-38) „*...od lidí kolem sebe, blízcí, známý, nebo z kadeřnictví vím, nebo se mi zdá, že je spíš víc těch, kteří vyjdou s výplatou tak akorát...*“

Společné hospodaření nemusí být pro každého ideální a záleží na individuálních preferencích a okolnostech každého páru. Někteří lidé mohou preferovat oddělené finance nebo mají individuální finanční cíle, které je třeba respektovat. Nicméně pro dva informanty (žijící v manželství) je společné hospodaření v důchodu efektivním způsobem, jak si zajistit spokojený a finančně stabilní život ve stáří. (I4/17+19) „*... když budu počítat, že takový důchod bude mět aj moja, a nebudu na tu domácnost sám... s tým, dá asi vyjít...*“ (I5/4-7) „*...Hlavně teď... jsme na to dvě nebo teda třé... Ale byt sám na celú údržbu takového baráku, zahrady a placení, to si neumím představit...*“

Zdraví je jednou z nejcennějších proměnných v našem životě. Bez dobrého zdraví může být obtížné dosáhnout a udržet šťastný a naplňující život. Ovšem jen málokdo si ho dostatečně váží a pečuje o něj. Je důležité si uvědomit, že péče o zdraví není pouze o léčbě nemocí, ale také o prevenci a udržování dobrého zdravotního stavu. To zahrnuje pravidelnou fyzickou aktivitu, vyváženou stravu, dostatek odpočinku a spánku, minimalizaci stresu a pravidelné preventivní prohlídky u lékaře. Pečování o zdraví by mělo být prioritou pro každého jednotlivce, protože to je základní kámen pro šťastný a plnohodnotný život. (I1/9) „*...pokud budeme i s manželem zdraví, tak máme spoustu možností, jak si ten čas udělat hezký ...*“ (I1/

63+65) „...Možná pokud mi to zdraví dovolí, tak i nějaký čas ještě i v důchodu ... bych mohla přesluhovat ...“ (I3/22) „...záleží hlavně na zdraví ...“ (I5/3) „Záleží, jak na tom budu zdravotně ...“ (I9/6) „...Ale hodně záleží na zdraví, to si uvědomuju ...“

S přibývajícím věkem je běžné očekávat zhoršení zdravotního stavu a zvýšené riziko vzniku zdravotních problémů. Přestože je důležité přijmout kroky k minimalizaci jejich dopadu na přípravu na stáří. To zahrnuje pravidelné preventivní prohlídky u lékaře, zdravý životní styl, dostatečnou fyzickou aktivitu a finanční plánování pro nepředvídatelné události. Mít pevný finanční základ a připravit se na možné zdravotní náklady může pomoci minimalizovat stres a zajištění finanční stability i při zdravotních komplikacích v důchodu. (I1/13) „...nějaké ty nemoci přijdou, už toho člověk nezvládne tolik, co dřív...“ (I1/29) „...držet ten krok po 68+si myslím, že to už snad není ani možné...“ (I1/89-90) „...jsou profese, které už v 60 toho mají plné kecky a v 65 ti...ty lidi to stejně promarodí...“ (I2/16) „...já už teď toho mám až po krk, nohy ňa bolíja, s klůbama marodím, ramena mám celé vyšmajdané,“ (I2/44) „...já už s těma nohama budu ráda, že dožiju...“ (I2/64) „...Zdraví už nestojí také za nic.“ (I3/1) „...vyšší věk, s tím spojené různé neduhy, zdravotní, konec aktivního života...“ (I3/13-14) „...taky ty zdravotní, ty budou asi takové ty největší, ale když vám chybí zdraví... to už vám dokáže pěkně znepríjemnit život.“ (I5/22) „...už včil su kolikrát tak unavený...“ (I6/18-19) „...neboť znám seniory, kteří ač mají zjevně zdravotní problémy, perou se tím, jak nejlépe dovedou, jsou nad věcí...“ (I7/ 26-27) „...s věkem jdou ruku v ruce i určitá omezení, zdravotní problémy ...“ (I9/18-19) „...bolesti zad a nohou jsou čím dál častější a někdy i dost silné. A jít do práce, kde vlastně jsem celý den na nohou, je pro mě hodně náročné ...“ (I10/19) „...v životě sem sa už nadřela dost ...“

Kategorie Sociální vazby/vztahy (intervenující podmínky)

Tato kategorie byla nasycena kódy: samota, rodinné problémy, vnoučata, přátelé, manželství/partnerství, rodinné vztahy, očekávání pomoci rodiny, zkušenost s pečováním, obavy o děti.

Vztahy mohou mít různý vliv na naše rozhodnutí a přístup k přípravě na stáří. Je důležité tyto vztahy a sociální vazby pečlivě zvažovat a hledat způsoby, jak využít podporu a zdroje dostupné v našem sociálním prostředí. Komunikace, otevřenost a spolupráce s ostatními mohou být klíčové pro úspěšné plánování stáří a zajištění dobré kvality života v pozdějším věku.

Na schopnost připravit se na stáří může mít vliv nedostatek podpory a sdílení informací s ostatními. Největší obavou je pro informanty samota. Nikdo nechce být na stáří sám. (I2/14) „...pokud bych měla ostat sama tož to nevím...“ (I3//17) „...problém bych viděl, kdybych měl zůstat sám...“ (I5/6) „... Ale byt sám..., to si neumím představit...“ (I5/9) „... enom když jsme dvě, sám já nikam jezdit nemusím...“ (I5/12-14) „...největší problém vidím v tom, že člověk oстане sám. Když nejsú peníze dá sa to řešit, bývaní sa dá řešit, ale když ostanete sama, tak to je zlé, to je moja největší hrůza.“ (I8/62-64) „...chodit 40 roků do práce, mět nějaký režim, známé a byt v tom dění a potom ostat doma, sama a hledět do zdi, o tom nechcu ani uvažovat...“ (I10/10) „...nejvíc se bójím toho, že ostanu sama...“ (I10/12-13) „...To slyším od tchýně pořád, jak je sama, nikoho nezajímá, a přitom bývá s nama, ...“ Dnešní senioři mohou čelit řadě problémů, které mohou ovlivnit jejich pohodu a kvalitu života. Senioři podle informantů čelí problémům souvisejících s dětmi. (I7/19) „...určitě mají problémy... rodinné nebo vztahové...“ (I8/13) „...nekdo sa třeba pohádal s děckama, ...“ (I9/13) „...nadává na děcka, nebo spíš na snachy a zetě.“

Oproti tomu vztahy s vnoučaty mohou být zdrojem radosti a podpory. Tento vztah může mít také vliv na rozhodování ohledně plánování stáří. (I1/2) „...užívám si konečně... vnoučata...“ (I1/11) „...spíš se těším... na vnoučátka...“ (I1/40) „... hlídáme vnoučata...“ (I2/25) „...Malého, jako vnuka hlédáme co chvíli...“ (I3/4) „...čas i na vnoučátka...“ (I3/8) „... máme... vnoučata, takže si myslím, že bude pořád co dělat. (smích)“ (I3/28) „...Spoustu času věnujeme i vnoučatům, se kterými je velmi těžké zůstat v klidu. (smích)...“ (I3/37) „...snažíme pomáhat dětem s vnuky...“ (I4/37) „...vidáme častěj, hlédáme jim děcka, když potřebujů...“ (I5/30-31) „...chodím na procházky, ty mám rád. Vnuci říkajů, že chodím na obchůzku revíru (smích) nekdy ide nejstarší vnuk se mnů, tak to je takové fajn.“ (I6/8) „...výlety s vnoučaty...“ (I9/1-2) „...určitě se chci věnovat těm vnoučatům, které zbožňuju...“

Přátelé mohou být důležitou oporou a zdrojem podpory při plánování stáří. Dobré přátelství může pomoci snížit pocit samoty a poskytnout prostor pro sdílení zkušeností a informací. (I4/3) „...kamarádi a nejaká dovolená.“ (I7/6-8) „...Důležitá složka pro mě a pro mou ženu jsou přátelé. Protože nám dávaj takovej ten sociální kontakt, prostě to je jednoduchý, mám je rád, můžu si s něma povykládat o čemkoliv, rád je navštívím a oni nás.“ (I8/1-3) „...naše sousedky kolem dokola, jak sedí za oknem a sledují dění na ulici, nic a nikdo jim neuteče.(smích) Potom sedí před domem na lavičce sejdou se z celé ulice a řeší a pomlouvají kde koho.(smích)“ (I9/5) „...máme i hodně kamarádů a známých, těšíme se na setkání, společné výšlapy a vždycky je to tak super...“ (I10/7-8) „...No jasné, kámošky... chodíme

cvičit každé pondělí navečer, potom na pivo, pokecáme, aspoň jednu za rok jedeme na dovolenů, máme rády Egypt. (smích)“(I10/22-23) „...nejde o to pivo, ale spíš o ty ženské. My tam prodrbeme úplně všechno. To nám ty huby jedů jak kolovrátky (smích).“

Kvalita vašeho vztahu s partnerem/manželem může mít významný vliv na vaše rozhodování ohledně přípravy na stáří. Společná komunikace a plánování mohou být klíčové pro zajištění toho, aby oba partneři měli jasné představy o budoucnosti a podporovali se navzájem. (I1/2) „...máme s manželem čas na sebe...“(I5/6) „...ted’ sa sažíme aspoň jednu za rok nekam na dovolenů, celý život jsme si to nemohli dovolit, dyž byli eště děcka malé ...“(I7/2-5) „...co bych si asi tak přál nebo co bych dělal rád. Takže určitě bych byl s manželkou, abychom spolu trávili čas, měli společné koníčky, abych nebyl sám, abych se měl kam vrátit, s kým si povykládat, abychom byli na stejné vlně...“(I9/8-10) „...pokud bych měla zůstat sama, tak budu určitě muset slevit, z dovolených, zájmů, možná i změnit bydlení, protože máme dům, ale když jsme dva tak to jde, ale sama bych to asi nezvládla a neutáhla.“(I10/16) „...enom s tým, že budeme s mojím dvá.“

Rodinné vztahy jsou klíčovým faktorem při přípravě na stáří a mají významný vliv na celkovou kvalitu života v pozdějším věku. Zde je několik způsobů, jak rodinné vztahy mohou ovlivnit přípravu na stáří. Rodinné vztahy mohou být klíčové pro poskytování péče a podpory starším členům rodiny. To může zahrnovat péči o zdraví, doprovázení na lékařské prohlídky, pomoc s domácími pracemi a emocionální podporu. Je důležité si uvědomit, že kvalita rodinných vztahů není vždy perfektní a může se měnit v průběhu času. Nicméně, udržování otevřené komunikace, respektu a porozumění může pomoci minimalizovat stres a konflikty spojené s přípravou na stáří a posílit podporu a péči v rodině. (I1/40-41) „...Velmi často se navštěvujeme, jezdíme občas na společné výlety, hlídáme vnoučata, veškeré rodinné narozeniny, Vánoce jubilea slavíme společně.“(I2/25) „...navštěvujem sa, sme susedi pred zahradu...“(I3/36-38) „...navštěvujeme se celkem pravidelně. Přesto, že jsme se ženou stále pracující, snažíme pomáhat dětem s vnuky... vztahy máme velmi dobré... jsme v úzkém kontaktu“(I4/37-38) „...snacha občas dojde s děckama na kafe, nebo my s mojů k nim...“(I5/37) „...navštěvujeme se hodně často, vztahy máme dobré, v kontaktu jsme...“(I6/36-40) „...Myslím si, že je to na každém z nás, a jak se k péči o blízkého postaví... jsou velmi pečlivé a s rodiči se navštěvují a pomáhají si. Vedou k tomu i své děti, a tak nějak je v té dané rodině zakonzervováno a nemyslím si, že to berou jako povinnost. ... ale také jsem se setkala s těmi, kteří rodiče nenavštěvují vůbec, dokonce se ani nijak nevyjadřují, tak mě napadá, že to takhle měli i opačně...“(I6/42-43) „...vztahy máme pěkné a často se navštěvujeme. Syn žije kousek od nás a dcera s rodinou dál, ale téměř denně si voláme, máme

o sebe navzájem zájem.“ (I7/5) „...kontakt s celou rodinou, to znamená děti, vnoučata sestra.“ (I7/14-16) „...V naší rodině je to spíš o těch jednodušších věcech, třeba společných výletech, který nás budou naplňovat. Když strávíme společně někde nějaký čas...“ (I7/37-38) „...Z mé strany máme vztahy nadprůměrné, navštěvujeme se, jsme v kontaktu, a to pravidelně...“ (I8/31-33) „...kontaktu jsme, každý den si voláme, někdy aj několikrát za den, chodí mě pomáhat, včil mě spravovat tu koupelku, na zahradě mě pomáhá. Jednu za týden mě vezne do města na nákup, když je čas a chuť zajdeme na procházku.“ (I9/28-29) „...Vztahy máme výborné, vidíme se jednou za týden, jednou za 14 dní, podle toho, jak to dětem vyjde skrz práci, ale pravidelně se rádi navštěvujeme.“ (I10/25) „Vztahy máme dobré, navštěvujem sa podle času, někdy my k nim, potom zas oni k nám,“

Pokud máte očekávání ohledně pomoci od rodiny při přípravě na stáří, a zdá se vám, že vaše očekávání nejsou naplněna, může to vést k pocitu zklamání nebo nejistoty. Zdravé rodinné vztahy mohou poskytnout podporu a péči potřebnou pro úspěšnou přípravu na stáří. Rodinní členové mohou být oporou při rozhodování o finančních otázkách, péči o zdraví a plánování budoucnosti. (I1/36) „...že by potřeboval, tak by se asi měla i trošku postarat rodina... Ale stát by měl být asi až po té rodina.“ (I2/24) „...děcka a potom ústav estli na to budeme mět...“ (I3/32) „...požádal bych napřed určitě děti...“ (I3/38-39) „...Myslím si, ... že pokud bychom potřebovali, bez většího váhání by nám pomohli...“ (I5/40) „...myslím si, že by to chtěli dělat, že by sa chtěli postarat...“ (I5/42) „...požádal bych děcka, jestli by mě to pozjišťovali a pomohli povyřizovat. Oni sů hodní, pomáháme si navzájem. Nemožu si na ně stěžovat...“ (I6/35-37) „...Především rodina, případně nejbližší okolí, ale nejde-li to at' už z jakýchkoliv důvodů, určitě odborné služby. Myslím si, že je to na každém z nás, a jak se k péči o blízkého postaví. Určitě to nelze nárokovat...“ (I7/33+35) „...bud'me realisti, stát se o ně nepostará...pokud je potřeba dlouhodobé pomoci, je to na rodině...“ (I7/39-42) „Pokud by to bylo krátkodobě, tak samozřejmě ano, pokud bych byl předpokládám tzv. ležák, kde by musela být péče 24 hodin denně, tak nedokážu posoudit, jestli by dokázali v takové nouzi, udělat si v rámci svých zaměstnání taková opatření, aby se o mě dokázali postarat, pevně doufám v to, že ano.“ (I8/27-30) „...Rodina. Doufám, že by ňa syn nestrčil do nějakého domova, anebo at' už si to radši nepamatuju... Ale když je hlava mimo, tak už je asi aj pro tu rodinu lepší abych šla nekde do domova...“ (I9/26) „...V první řadě určitě rodina, a pak když už to rodina nezvládne tak jsou tady...“ (I9/30-31) „...Dcera se pohybuje v sociálních službách, takže doufám, že by nám v případě potřeby buď pomohla, anebo alespoň vyřídila, zařídila pomoc jinde...“

Pečování o nemocného nebo staršího člena rodiny může být fyzicky, emocionálně a finančně náročné a mnoho lidí má obavy, že by to mohlo negativně ovlivnit jejich vlastní život. (I5/34-35) „...vím jaké to je, manželka opatrovala matku, která měla alzhajmra a mosela ostat doma z práce, to sa nedalo...“ (I8/36-38) „...Můj bratr sa se ženů starali o tchýni, ona měla toho alzhaimra a co tá sa jim navyváďala, to bylo hrozné. Ona našťestí brzo umřela, ale doktoři ich strašili, že to tak može byt aj niekoľik roků. Vyřízení byli oba dva...“ (I10/3) „...o maminku jsem se chvílku starala, ona pak rychle umřela, byla nemocná...“

Péče o blízkého člena rodiny může být náročná a může mít dopady na celou rodinu. Je důležité, mít jasno ve svých preferencích ohledně péče a komunikovat se svými blízkými. Společně hledat a plánovat způsoby, jak si zajistit péči, která bude nejen efektivní, ale také respektovat přání a potřeby seniora. (I1/36-37) „...Neříkám, že úplně to přehodit na děti, protože samy mají se s sebou.... Starostí, až nad hlavu.“ (I1/42-47) „...Těžko říct, jestli by byli schopni nebo ochotni, protože teď třeba mají všichni malé děti a svých starostí plnou hlavu, časem také nijak extra neoplývají. Co bude, až budeme ve starobním důchodu a třeba nemohoucí ... v případě, že bychom, potřebovali, nějakou pomoc, tak si myslím, že určitě by se nám děti snažily v rámci svých možností pomoci.“ (I2/26-27) „...Fčil majů malunků, tož majů samy práce až nad hlavu...“ (I2/46-47) „Naše děcka ti už sa důchodu ani nedožijů chudáci. Už včil jim zebrali, co mohli a eště aj na důchod, aby si vydělávali a šetřili.“ (I3/4) „...taky to dnes to nemají úplně jednoduché...“ (I3/33-34) „...požádal bych napřed určitě děti. Ale pokud by ta situace, že potřebuju pomoc, nastala teď, kdy i děti mají sami co dělat se sebou, protože taky to dnes to nemají úplně jednoduché, zaplatil bych si nějakou službu, ...“ (I4/34) „...Děcka sů v práci, majů svoje.“ (I5/33-35) „...podle mojeho názoru bych nechtěl zatěžovat děti. Když bych byl nemohoucí nebo neco takového. Protože vím, jaké to je, manželka opatrovala matku, která měla alzhajmra a mosela ostat doma z práce, to sa nedalo. No a toto bych já nechtěl...“ (I6/44-47) „...už teď vím, že pro mě bude velmi těžké si o pomoc říct, raději pokud alespoň něco zvládnou, budu řešit pomocí dostupných služeb, případně jakmile nastane skutečnost úplně bezmoci, ráda bych do zařízení... S dětmi už jsem na toto téma mluvila.“ (I8/34) „...určitě by to zkusil, jak moc a jak dlouho by to vydržál nevím...“ (I10/27-33) „...dcera zajde za tchýni a pomože jí s nákupem, uklidí, zaveze ju k doktorovi, ale to je tak vše. Jako třeba utřít zadek, nakrmit, tak to si myslím, že by nedělala, ani babce, ani mě. No a syn, tož to bych zas nesnesla já. A já vlastně ani nevím, jestli bych to chtěla. My jsme sa s mojím starali o dědu, a to byla fuška... A toto nechcete dělat vlastním děckám.“

Kategorie Očekávání a přání (následky)

Tato kategorie byla nasycena kódy: samostatnost, obava z budoucnosti, přivýdělek, plán/představa, příjemné/hezké období.

Být soběstačný a nezávislý je důležité pro osobní svobodu a autonomii člověka po celý jeho život a není tomu jinak ani ve stáří. (I3/31) „...*být maximálně soběstačný, dokud to jde, a hlavně nechce viset na krku druhým...*“ (I4/39) „...*My si vystačíme samy, a když bude potřeba, tak si seženu nějakou pečovatelku.*“

Je zcela přirozené mít obavy z budoucnosti, zejména pokud jde o stáří a stárnutí a možné nemoci, které s sebou může přinést. Můžeme podniknout kroky k minimalizaci stresu a zajištění péče a pohodlí v pozdějším věku. Hledání podpory od rodiny, přátel a odborníků může pomoci vyrovnat se s těmito obavami a plánovat budoucnost s klidem. Důkladné plánování finančních prostředků může pomoci minimalizovat stres spojený s nedostatkem peněz ve stáří. (I1/3) „...*se stářím asi i nějaké ty nemoci přijdou, už toho člověk nezvládne tolik, co dřív...*“ (I2/17-18) „...*se stářím asi i nějaké ty nemoci přijdou, už toho člověk nezvládne tolik, co dřív.*“ (I2/64) „...*z téma peněza co dostanu, to asi moc pěkné nebude...*“ (I6/4-7) „...*mám i obavy a někdy mě napadají černé myšlenky, ..., že se o sebe nebudu moci postarat sama a nerada bych, aby péče o mě zůstala na rodině. Z okolních reakcí vím, že je velký nedostatek pobytových zařízení, a na umístění se čeká někdy tak dlouho, že se dotyčný ani nedožije. To mě trochu děsí.*“ (I10/18) „...*já nechcu a důfám, že ani nebudu mošet dělat v důchodě.*“

Nezávislost a aktivní účast na pracovním trhu mohou mít pozitivní vliv na duševní a fyzické zdraví. Mnoho lidí najde smysl a naplnění v aktivním se zapojením do pracovního života i po odchodu do důchodu. Možnost přivýdělků, které umožní zůstat aktivním a užitečným, může být naplňující a přinášet radost. Je důležité mít práci a zachovat si tak rovnováhu mezi prací a volným časem. (I3/19) „...*v důchodu bych, už to mám dokonce i se zaměstnavatelem domluvené, že nějaké dva, tři dny v týdnu bych ještě pracoval (vypomáhal)...*“ (I4/4+7-8) „...*Mám sice výsluhu, ale přesto sa snažím, dokud možu si eště nejakú tu kačku přivydělat.... Dělat budu, do kdy budu chtít, ale nemosel bych už ani teď, ale co doma? (smích)*“ (I7/60-62) „...*Přece je lepší, když se snaží člověk sám, než být závislý na druhých nebo státu. Asi to úplně nevidím na třísměnný provoz, ale určitě se najdou na pracovním trhu místa, kde by si mohl šikovný důchodce přivydělat, zabít tak fůru volného času, a být užitečný.*“ (I8/17-19) „...*neříkám, že celý úvazek a třísměnný provoz, jak mám včil, ta noční je hrozná, ale něco zkráceného, nebo výpomoc občas, by určitě šla. V pekárně jsme v teple, nemosíme stát nikde*

celů směnu u pásu, je to lepší, než to bývalo. “(I8/62-64) „...chodit 40 roků do práce, mět nejaký režim, známé a byt v tom dění a potom ostat doma, sama a hledět do zdi, o tom nechcu ani uvažovat. “

Strávit čas v důchodu je jedinečná životní fáze, která si zaslouží plánování a představu o tom, jak jej smysluplně naplnit. (I1/1-2) „...nemusím chodit do práce, užívám si konečně svoje koničky, máme s manželem čas na sebe, na výlety na vnoučata. “ (I1/7-11) „...když je toho někdy moc, tak si člověk po tom klidu, který bude, v důchodu zasteskne. Ale není to zatím žádná konkrétní představa nebo plán, co kdy a jak, ale spíš se těším na ten volný čas, a pokud budeme i s manželem zdraví, tak máme spoustu možností, jak si ten čas udělat hezký, třeba cestování, rádi tancujeme, chodíme do kina a na koncerty, pak taky vnoučátka, jak říkám je toho spousta (smích). “(I2/3) „Jéééžíš tož jak já už sa těším... “ (I3/2-4) „...čas na záliby konečně. Budu mět čas s manželkou jezdit na hory, a máme chatičku a té se budeme věnovat a zahrádku... “(I3/6-7) „...Určitě. Né nijak dlouze, ale určitě mě napadají občas myšlenky, co v důchodu. Zatím to není nic určitého, ale tak jak jsem řekl, máme chytičku, vnoučata, ... “ (I4/2-3) „No určitě. Rozhodně budu trávit čas ináč než chodit do práce. Rád si zajedu na ryby, rybaření to je moje, no a kamarádi a nejaká dovolená. “ (I5/1) „už nechodím do práce a užívám si nejakých aktivit.“ (I5/82-83) „...Nevím, co mě čeká, nikdy sem tam nebyl (smích) Doufám, že budu mět silu, zdraví, dlůho budem dvá a potom to može byt dobré.“(I6/33-34) „...s manželem rádi jezdíme na kole, v zimě lyžujeme a máme velkou zahradu, což zabere taky jakousi aktivní činnost. A hlavně pozitivní myšlení (smích).“ (I6/8-10) „... , to už máme s manželem naplánováno – výlety s vnoučaty, a to jak na kole či pěšky, ale i autem. Samozřejmě udržování domku a zahrady. Ale také kulturní vyžití jako jsou přednášky, divadlo či plesy nebo koncerty. “ (I6/75-76) „Přesně tak si to představuji a těším se na to. Krásné, klidné období, plné radosti, volného času, cestování, a trávení času s blízkýma (smích). “ (I7/2-3) „... samozřejmě jako člověk mám nějakou představu, co bych si asi tak přál nebo co bych dělal rád... “(I8/4-5) „Jó, tak to víte, že jo. Vždyť za pár měsíců jsem v důchodu. Mám domeček, zahrádku, syn říkal, že mi pořídí pejska (smích) prej ať nejsou sama. Tak bude veselo. “ (I8/24) „...ráda jsem na zahrádce, zajdeme občas se synem na procházku, ... “ (I9/2-6) „...určitě se chci věnovat těm vnoučatům, které zbožňuju a doufám, že se budu moc věnovat i koničkům, protože mám moc ráda turistiku, které se s manželem věnujeme, už spoustu let. Kde máme i hodně kamarádů a známých, těšíme se na setkání, společné výšlapy a vždycky je to tak super hodně záleží na zdraví... “ (I10/7-8) „No jasné, kámošky, koničky, chodíme cvičit každé pondělí navečér, potom na pivo, pokecáme, aspoň jednu za rok jedeme na dovolenů, ... “

Představa důchodu jako období naplněné radostí, dobrodružstvím a časem stráveným s blízkými, které člověka opravdu naplňují a dělají šťastným, mělo sedm informantů z deseti. (I1/121-123) „*Umím a popravdě zatím si ho ani jinak představovat nechci. Doufám, že budeme mít dost času na všechno, na co teď tolik času nemáme a společně s manželem si budeme jen zaslouženě užívat a odpočívat (smích).*“ (I3/81-82) „*...já se na to těším, protože budeme s manželkou aktivně odpočívat, my jsme hodně aktivní, bude dostatek času na koničky, chatičku, vnoučata (smích).*“ (I6/75-76) „*...Krásné, klidné období, plné radosti, volného času, cestování, a trávení času s blízkýma (smích).*“ (I7/75-79) „*Hezké, doufám, že to nebude zima života, ale spíš ten podzim života (smích). Ano dokážu si to představit. Říkám, pokud budu mít dobré zázemí, budu zdraví, budu mít dobré vztahy v rodině, tak je to další etapa života, a i ta může být krásná, pěkná, není proč sedět doma. Můžu se dál věnovat přátelům, koníčkům, rodině. Je to jenom o tom si to říct v té hlavě, mít tu chuť a energii pokračovat nějak dál.*“ (I8/77-78) „*To bych si přála, moc přála, ale dneska je to ze dne na den a všechno je jiné. Tož uvidím, co se mně bude (smích).*“ (I9/61-63) „*Já si to tak představuju, pořád si chci myslet, že to bude jen hezké období, člověk se zklidní, bude si užívat, odpočívat, nebude spěchat a honit se a pokud to bude opravdu tak, tak to bude krásné.*“ (I10/69-70) „*...budu enom ležat, jezť, užívat si, odpočívat a nic nedělat (smích).*“

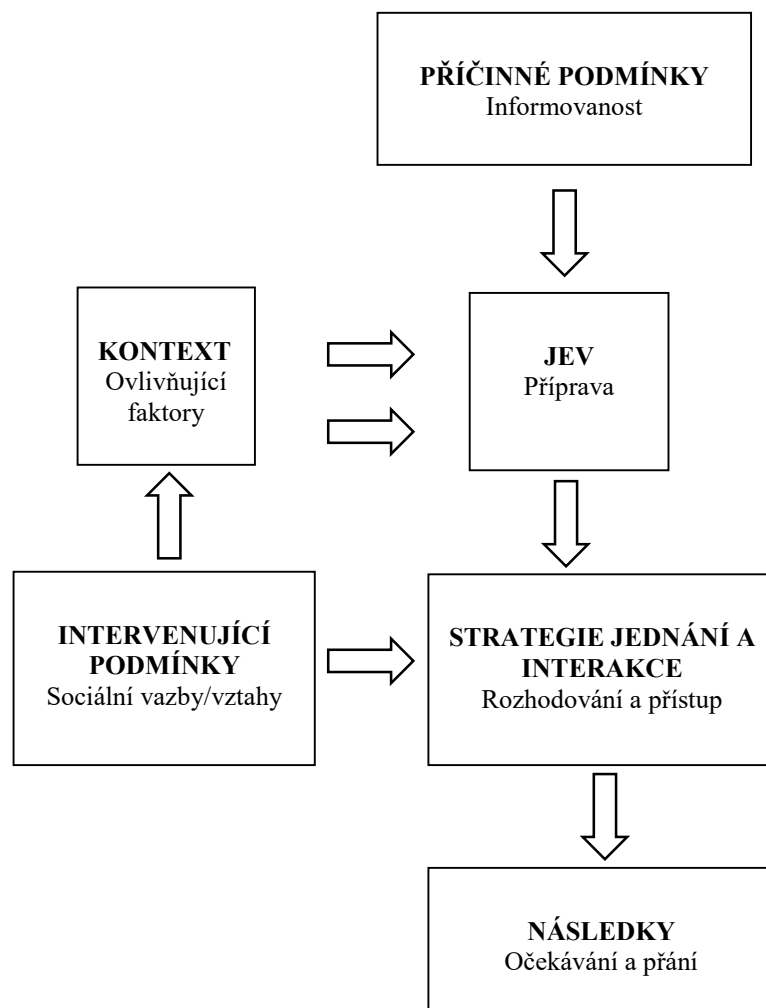
6.3 Axiální kódování

Druhou fází bylo axiální kódování. Při této operaci jsou získaná data uspořádána novým způsobem, přičemž cílem je vytvoření struktury vazeb a vztahů mezi jednotlivými kategoriemi za pomoci tzv. paradigmatického modelu a následné zkonstruování teorie. Konstruování teorie znamená, že jsou vytvořeny proměnné (kategorie) uvedeny do vzájemných vztahů. Říkáme tedy například, že podmínky A vyvolávají jev B, nebo že se tento jev odehrává v kontextu C (Švaříček, a kol., 2007, s. 92).

V rámci paradigmatického modelu pracujeme s těmito pojmy:

- Příčinné podmínky – stojí za výskytem nějakého jevu, jsou příčinnou,
- Jev – určitý fenomén,
- Kontext – určité podmínky, které náleží fenoménu a zároveň ovlivňují strategie,
- Intervenující podmínky – širší kontext ovlivňující strategie jednání),
- Strategie jednání – reakce, snahy, interakce, vývoj,

- Následek – výsledek strategií jednání (Nedbal, 2022, s. 105).



Obrázek 2 Paradigmatický model

Zdroj: Vlastní zpracování, 2024.

6.3.1 Interpretace axiálního kódování

Při vytváření paradigmatického modelu jsme postupovali tak, že jednotlivé kategorie, které vznikly po otevřeném kódování, jsme přiřadili k jednotlivým položkám a sledovali jsme jejich vzájemné vztahy. Kategorie "Příprava" se stala ústředním **jevem** procesu přípravy na stáří a odchod do důchodu. Zahrnuje několik důležitých aspektů, které mají vliv na finanční stabilitu, bydlení a zdraví jednotlivce v pozdějším věku. Jedná se o zajištění finanční rezervy a prostředků na pokrytí nákladů v důchodu. To může zahrnovat spoření, investování do různých finančních produktů nebo zhodnocování majetku, jako jsou nemovitosti. Zahrnuje také úpravy, výměnu nebo prodej stávajícího bydlení. Jedná se také o péči o zdraví a

přijímání zdravých životních stylů. To zahrnuje pravidelnou fyzickou aktivitu, vyváženou stravu, prevenci nemocí a péči o duševní pohodu. Správná životospráva může významně ovlivnit kvalitu života v důchodu a snížit tak náklady na zdravotní péči. Tyto aspekty přípravy jsou vzájemně propojeny a mají společný cíl zajistit informantovi komfortní a bezpečný život v stáří. Je důležité, věnovat dostatečnou pozornost každému z těchto aspektů přípravy a plánovat svou vlastní finanční, bytovou a zdravotní situaci v souladu se svými potřebami a možnostmi.

Do **příčinných podmínek**, které směřují k jevu, byla zahrnuta kategorie informovanosti a povědomí o možných zdrojích informací týkajících se důchodového pojištění. Tyto podmínky jsou klíčové pro porozumění procesu přípravy na stáří a odchod do důchodu. Pokud mají informanti dostatečné informace a povědomí o svých důchodových možnostech, mohou lépe plánovat svou finanční budoucnost a přijímat informovaná rozhodnutí. Zdá se, že informanti považují zdroje informací, jako jsou úřady a média, za dostupné a poskytující srozumitelné a dostačující informace. To je klíčové pro úspěšnou přípravu na stáří, protože poskytují nezbytné informace o tom, jak důchodový systém funguje, jaké jsou podmínky pro vznik nároku na důchod. Faktor informovanosti a povědomí je tedy důležitým předpokladem pro úspěšnou přípravu na stáří a odchod do důchodu. Je tedy důležité, aby informace byly srozumitelné a dostupné pro všechny, bez ohledu na věk, vzdělání nebo sociální postavení, důležité pro efektivní plánování a přípravu na své vlastní stáří.

Do **kontextu** paradigmatického modelu byly zařazeny ovlivňující faktory, které poskytují širší perspektivu na proces přípravy na stáří a odchod do důchodu. Tyto faktory ovlivňují rozhodování a přístup informantů k přípravě na stáří, a to jak pozitivně, tak negativně. Někteří informanti uvádí, že stát je odpovědný za poskytování důchodového zabezpečení a sociálních služeb. Přístup státu k důchodové politice, včetně věku odchodu do důchodu, výše důchodů a dostupnosti sociálních dávek, ovlivňuje přípravu na stáří. Zdraví a zdravotní problémy jsou faktorem ovlivňujícím kvalitu života nejen v důchodu. Finanční stabilita je dalším faktorem při přípravě na stáří. Nedostatek financí může vést k obtížím s přípravou na důchod, což může zahrnovat nedostatek finanční rezervy, snížené důchody nebo obtíže s hrazením nákladů na bydlení, zdravotní péči atd. Tyto faktory ovlivňují rozhodování informantů o tom, jak se připravit na stáří a odchod do důchodu.

Sociální vazby a vztahy jsou **intervenujícími podmínkami**, které mají vliv na rozhodování a přístup jednotlivců k přípravě na stáří a odchodu do důchodu. Kvalita těchto vztahů může buď pozitivně, nebo negativně ovlivnit proces přípravy. Zde uvádíme některé způsoby, jak silnou roli hrají. Rodinné vazby a přátelství poskytují emocionální podporu a praktickou

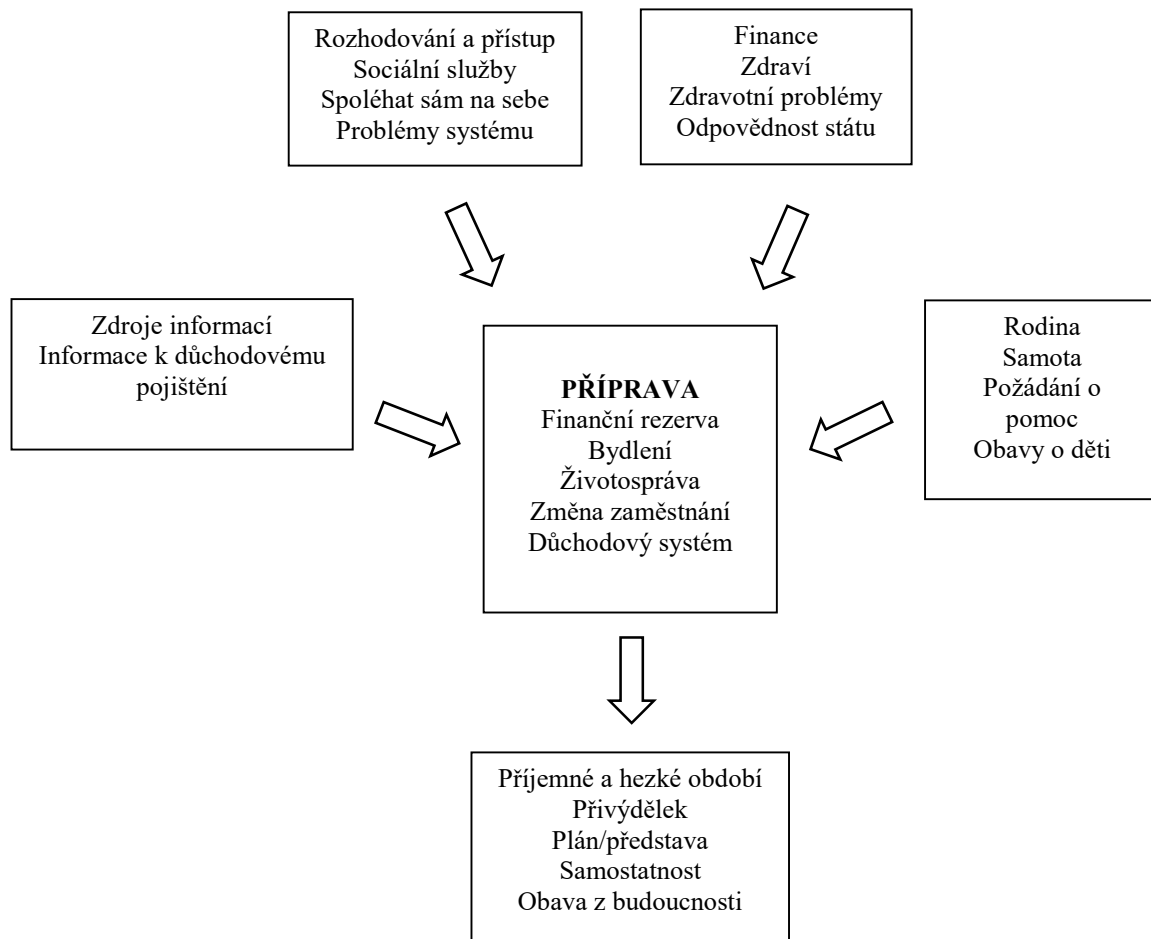
pomoc během přípravy na stáří. Informanti s podporou svých blízkých mají větší motivaci a důvěru při plánování a přijímání rozhodnutí týkajících se důchodu. Naopak, konflikty v rodině nebo nedostatek sociální podpory mohou ztížit přípravu na stáří a vést k pocitu izolace a úzkosti. Občané, kteří mají problémy ve vztazích, se mohou cítit nesví nebo méně schopní řešit důchodové záležitosti. Zároveň je důležité si uvědomit, že sociální vazby a vztahy jsou dynamické a mění se v průběhu života. Proto je důležité udržovat a posilovat pozitivní vztahy a aktivně řešit potenciální konflikty.

Do oblasti **strategií jednání** bylo zahrnuto rozhodování a přístup. Informanti musí přijmout řadu rozhodnutí souvisejících s jejich odchodem do důchodu. Dobré rozhodování vyžaduje zvážení různých možností, posouzení rizik, výhod a přípravu. Získání relevantních informací je důležité pro úspěšnou přípravu na stáří a důchod. Informanti aktivně hledají informace o důchodovém systému, sociálních službách atd. To zahrnuje konzultaci s odborníky na úřadech, vyhledávání online zdrojů nebo diskuse s rodinou a přáteli. Vůle informantů hraje důležitou roli v přípravě na stáří. Motivace k plánování a přijímání nezbytných kroků může být podpořena pochopením důležitosti této fáze života a jejího dopadu na budoucnost. Je důležité být nakloněný změnám a snažit se přizpůsobit. Plány na důchod by měly být schopné reagovat na nečekané události nebo změny v životní situaci. Informovanost a možnost využití dostupných zdrojů může posílit strategii jednání.

Od příčin, jevu, kontextu, intervenujících podmínek přes strategické jednání je zde vyústění paradigmatického modelu a tím jsou **následky**. Kategorie „Očekávání a přání“ hovoří o představách a plánech informantů, které jsou doprovázeny, ať už očekávanými nebo obávanými změnami. Informanti si uvědomují omezení, která sebou stáří a odchod do důchodu přináší, ať už po stránce zdravotní, finanční či sociální.

6.4 Selektivní kódování

Selektivní kódování představuje nalezení ústřední kategorie, na jejímž základě je zkonstruována konzistentní teorie. Obecně lze říci, že je identifikována nejdůležitější kategorie, která k sobě vtahuje nejvíce ostatních a kolem ní se pak vytváří nová teorie. *Je velmi dobře datově nasycená – spadá pod ní relativně mnoho kódů, pod které spadá mnoho indikátorů* (Švaříček, a kol., 2007, s. 92). Při zpracovávání výsledné teorie pak dochází k postupnému odstoupení od jednotlivých dat a vzniká obecnější teorie, která koresponduje se zkoumaným jevem (Nedbal, 2022, s. 109).



Obrázek 3 Model selektivního kódování

Zdroj: Vlastní zpracování, 2024.

6.4.1 Interpretace selektivního kódování

Jako centrální kategorie byla identifikována položka s názvem „příprava“. Do této kategorie byly zahrnuty jak oblasti finančního plánování a tvorba rezervy, úprava bydlení, péče o zdraví a vztahy, tak schopnost a potřeba získat relevantní informace a možnosti využití dostupných zdrojů. Zdá se, že informanti vnímají jak pozitivní, tak negativní stránky této přípravy, a to včetně očekávání a obav spojených se stářím a odchodem do důchodu. Přístup občanů k této přípravě je silně ovlivněn jejich vnímáním odpovědnosti státu, zdravotních problémů a finanční situace. Také sociální vazby a vztahy hrají klíčovou roli v tom, jak se informanti připravují na stáří a odchod do důchodu. Celkově lze konstatovat, že selektivní model (Obrázek č. 2) poskytuje komplexní pohled na přípravu na stáří a odchod do důchodu, a nabízí tak základ pro porozumění přístupu a rozhodování informantů v této oblasti.

7 INTERPRETACE DAT

Cílem výzkumu bylo zjistit připravenost a informovanost občanů ve věku 60 – 65 let na stáří odchod do důchodu, jejich možnosti, očekávání a povědomí ve vztahu k důchodovému pojištění.

Odovědi na dílčí výzkumné otázky

1. *Jak občané vnímají blížící se nástup do SD a které faktory toto vnímání ovlivňují?*

Vnímání blížícího se nástupu do starobního důchodu může být různorodé a ovlivňováno mnoha faktory. Občané mohou vnímat nástup do starobního důchodu různě, například v závislosti na své finanční situaci. Ti, kteří mají dostatečné úspory nebo stabilní důchodový příjem, mohou tuto další životní etapu vnímat pozitivněji, zatímco ti, kteří mají finanční starosti, se mohou obávat nedostatku financí v důchodu. Zdraví hraje také velmi důležitou roli při vnímání stáří a nástupu do důchodu. Ti, kteří jsou zdraví a aktivní, mohou se těšit na volnější čas a možnost věnovat se svým zájmům a koníčkům, rodině a přátelům. Naopak občané se zdravotními problémy se mohou obávat omezení své schopnosti žít plnohodnotný život v důchodu. Podpora a vztahy v rodině hrají klíčovou roli v tom, jak občané vnímají nástup do důchodu. Ti, kteří mají podporu rodiny a blízkých přátel, se mohou cítit podporováni a pozitivně přijati v nové fázi života. Občané, kteří mají jasné plány a očekávání ohledně toho, jak budou trávit svůj čas v důchodu, mohou tento krok vnímat pozitivněji. Ti, kteří se těší na vnučata, volný čas, cestování, věnování se koníčkům, se mohou těšit na nové možnosti a příležitosti. Vnější faktory, jako je sociální klima a kultura, mohou také ovlivnit vnímání nástupu do důchodu. Například společnosti s dobře fungujícím systémem starobního důchodu a aktivní komunitou seniorů mohou mít pozitivnější přístup k této fázi života. Celkově lze říci, že vnímání nástupu do důchodu je individuální a závisí na mnoha faktorech, včetně osobních, rodinných, finančních a sociálních okolností. Podpora a plánování mohou pomoci zvládnout tuto životní změnu s optimismem a nadějí.

2. *Jak se občané připravují na stáří?*

Občané se připravují na stáří různými způsoby, a to jak finančně, tak i emocionálně a prakticky. Mnoho lidí se rozhodne spořit nebo investovat peníze do důchodových účtů, akcií, nemovitostí nebo jiných finančních nástrojů. Cílem je vytvořit si dostatečné finanční rezervy, které jim umožní pokrýt náklady spojené se stářím, včetně větší zdravotní péče, úpravy bydlení nebo jen běžných denních výdajů. Občané připravující se na stáří se často zabývají otázkami spojenými s důchodem, jako je stanovení vhodného času odchodu do

důchodu, výpočet očekávaných příjmů a výdajů v důchodu. Součástí přípravy na stáří je také zajištění dostatečné zdravotní péče. To zahrnuje pravidelné lékařské prohlídky, zjištění informací k možné péči v případě potřeby. Mnozí lidé přemýšlejí o vhodném bydlení pro stáří, jako je přizpůsobení stávajícího bydlení pro snazší pohyb, nebo výměnu či prodej současného bydlení za bezbariérové. Zachování zdravého životního stylu, jako je pravidelná fyzická aktivita, zdravá strava, dostatek odpočinku a minimalizace stresu, může pomoci snížit riziko zdravotních problémů a zlepšit kvalitu života ve stáří.

3. Jaké možnosti mají občané v další životní etapě?

Stáří může být další životní etapou plnou možností a příležitostí pro osobní růst a spokojenost. Zatímco někteří informanti mohou pociťovat úlevu z ukončení pracovní kariéry a těšit se na odpočinek, jiní vidí důchod jako novou fázi, která jim nabízí příležitost pro nové zážitky a zájmy. V důchodu informanti očekávají často více volného času, věnování se aktivitám, které je baví, jako je cestování, sport, kultura atd. Mnozí také plánují využít tento čas k prohloubení svých vztahů s rodinou a přáteli. Je důležité si uvědomit, že důchod není jen koncem jedné fáze života, ale může být také začátkem nového dobrodružství. S přístupem plným optimismu a otevřenosti může být důchod pro mnoho lidí obdobím plným radosti, naplnění a osobního rozvoje.

4. Jaké mají občané povědomí o důchodovém pojištění?

Povědomí o důchodovém pojištění se mezi občany liší v závislosti na jejich vzdělání, zaměstnání, věku a dalších faktorech. Někteří občané mají dostatečné povědomí o tom, co důchodové pojištění zahrnuje a jak funguje, zatímco jiní mají omezené nebo žádné znalosti týkající se této problematiky. Zaměstnavatelé mají povinnost informovat své zaměstnance o důchodovém pojištění a o tom, jaké benefity jim poskytují ve vztahu k důchodovým fondům a plánům. Stát poskytuje informace a materiály o důchodovém pojištění prostřednictvím různých vládních agentur, jako jsou úřady práce, sociální služby nebo okresní správy sociálního zabezpečení. Tato komunikace zahrnuje informační letáky, webové stránky, semináře nebo možnosti osobní konzultace. Občané, kteří mají zájem o podrobnější informace o důchodovém pojištění, se mohou obrátit na finanční poradce, kteří jim mohou poskytnout individuální rady a doporučení ohledně plánování jejich důchodu. Média, včetně televize, rádia a internetu, hrají také svou roli v šíření informací o důchodovém pojištění. Občané mohou číst články, sledovat reportáže nebo poslouchat rozhovory, které jim pomohou lépe porozumět tomuto tématu. Někteří občané se mohou obrátit na své rodinné příslušníky, přátele nebo kolegy v práci, kteří mají zkušenosti s důchodovým pojištěním, aby

získali rady a informace. Povědomí o důchodovém pojištění je klíčové pro to, aby občané mohli plánovat svůj odchod do důchodu a zajistit si finanční stabilitu ve stáří. Je důležité, aby občané sami aktivně hledali informace a poradenství týkající se tohoto tématu a připravovali se tak, na svoji další životní etapu.

Shrnutí výzkumného šetření

Vnímání blížícího se stáří a nástupu do starobního důchodu může být velmi rozmanité a ovlivněno mnoha faktory. Finanční situace hraje důležitou roli, protože ti, kteří mají dostatečné úspory nebo stabilní důchodový příjem, mohou tuto fázi života vnímat pozitivněji než ti, kteří mají finanční starosti. Zdravotní stav je také důležitý, protože ti, kteří jsou zdraví a aktivní, se mohou těšit na volnější čas a možnost věnovat se svým zájmům, zatímco lidé se zdravotními problémy se mohou obávat omezení svých aktivit. Podpora rodiny a vztahy s blízkými také hrají klíčovou roli v tom, jak informanti vnímají blížící se nástup do důchodu. Lidé s jasnými plány a očekáváními ohledně toho, jak budou trávit svůj čas v důchodu, tento krok vnímají pozitivněji. Vnější faktory, jako je sociální vazby a vztahy, mohou také zásadně ovlivnit vnímání nástupu do důchodu. Pokud jde o přípravu na stáří a důchod, informanti se připravují různými způsoby. Mnozí se rozhodli spořit nebo investovat peníze do důchodových účtů, nemovitostí nebo jiných finančních nástrojů. Jejich cílem je vytvořit si dostatečné finanční rezervy, které jim umožní pokrýt náklady spojené se stářím a zůstat, tak co možná nejdéle soběstační. Dalšími důležitými aspekty přípravy na stáří jsou stanovení vhodného času odchodu do důchodu, zajištění dostatečné zdravotní péče a úprava bydlení. Důležitou roli hrají informace poskytované státem, zaměstnavateli, finančními poradci a médiu, stejně jako podpora ze strany rodiny a přátel. Někteří informanti již aktivně hledají informace a poradenství týkající se tohoto tématu a připravují se tak na svoji další životní etapu. Z rozhovoru vyplynulo, že zdaleka ne všichni informanti ve věku 60 – 65 let považují přípravu na stáří za aktuální a potřebnou. Ti, kteří se na stáří a odchod do důchodu připravují, se těší, mají jasné představy, někteří dokonce již plány, jak využijí čas v důchodu. Pokud je příprava na stáří navíc včasná, je mnohem více pravděpodobné, že nové životní období bude příjemnější a lépe zvladatelné. Z výzkumu plyne, že včasná a cílená příprava vede k lepší adaptaci na stáří a zvýšené spokojenosti v důchodovém věku. Naopak ti, kteří situaci podceňují a spoléhají se na pomoc státu, mohou čelit větším obtížím a nejistotám v důchodovém věku. Závěry práce naznačují, že včasná a komplexní příprava na stáří je klíčovým faktorem pro dosažení příjemného a spokojeného důchodového života.

ZÁVĚR

V diplomové práci jsme se věnovali tématu příprava na stáří ve vztahu k důchodovému pojištění. V teoretické se věnujeme gerontologii jako interdisciplinárnímu oboru, který se zabývá studiem stárnutí a stáří z různých perspektiv, včetně dalších oborů. Z hlediska demografie se v práci zabýváme změnami v populaci spojenými se stárnutím, jako je nárůst podílu starších osob ve společnosti a jejich vliv na ekonomiku a sociální systémy. Sociologický pohled na stáří a stárnutí se zaměřuje na to, jaké role a statusy mají starší lidé ve společnosti, jaké stereotypy a předsudky jsou s nimi spojeny a jaký vliv mají vztahy mezi generacemi na životní podmínky seniorů. Hlavním těžištěm teoretické části je příprava na stáří, která zahrnuje širokou škálu opatření, která jedinec přijímá během celého svého života, aby byl zajištěn po stránce finanční, zdravotní i sociální v období po odchodu do důchodu. Nedílnou součástí přípravy je péče o zdraví, a zvážení nezbytných opatření v oblasti bydlení, jako je vhodnost stávajícího bydlení pro stáří, případná rekonstrukce či úpravy, výměna nebo prodej stávajícího bydlení a hledání nového s ohledem na bezbariérovost a přístupnost. Důležitou součástí přípravy na stáří jsou také vztahy s rodinou a blízkými. Mezigenerační podpora a pomoc mohou poskytnout důležitou oporu a zlepšit kvalitu života seniorů. Rodina hraje klíčovou roli také v poskytování praktické pomoci a péče ve stáří, zejména v případě potřeby péče domácí nebo ošetrovatelské péče. Může, ale také pomoci s vyřízením péče poskytované sociální službou. Silné rodinné vazby mohou poskytnout seniorům pocit bezpečí, lásky a sounáležitosti, což má pozitivní vliv na jejich celkovou kvalitu života ve stáří. Součástí teoretických východisek je rovněž vzhled do důchodového systému České republiky, který je tvořen třemi pilíři. Financování důchodového systému je zajištěno jednak aktuálními odvody zaměstnanců a zaměstnavatelů, které jsou v současnosti vybírány a přerozdělovány v rámci solidárního systému, a jednak prostřednictvím individuálního spoření do druhého a třetího pilíře. Věnujeme se také reformě důchodového systému v České republice, která byla prováděna s cílem zajištění dlouhodobé finanční udržitelnosti systému a adekvátního zabezpečení seniorů. V závěru teoretické části jsou zmapovány základní podmínky systému důchodového pojištění, ve kterém jednotlivci odvádějí pravidelné platby, aby si zajistili příjem v důchodu po ukončení své pracovní kariéry. Důchodové pojištění má za cíl zajistit finanční stabilitu jednotlivcům a jejich rodinám v období, kdy, již nejsou schopni pracovat a vydělávat si svůj příjem. Je to klíčový prvek sociálního zabezpečení a přispívá k ochraně ekonomického blahobytu a životního standardu seniorů.

Praktická část práce předkládá výsledky kvalitativního výzkumu, jehož cílem bylo zjistit připravenost a informovanost občanů ve věku 60 – 65 let na stáří, odchod do důchodu, jejich možnosti, očekávání a povědomí ve vztahu k důchodovému pojištění. Výzkum byl realizován prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů v přirozeném prostředí informantů. Následná analýza dat byla zpracována pomocí postupů zakotvené teorie. Zjištění výzkumu potvrdilo, že příprava na stáří zásadním způsobem ovlivní kvalitu života informantů ve stáří. Z výzkumného šetření vyplynulo, že příprava na stáří je stále podceňována. To i přesto, že období stáří je významnou částí životní etapy. Nicméně, příprava na stáří nezahrnuje zdaleka jen finance, otázku bydlení a zdraví aj., ale jde tu i o to, jak o stáří přemýšlíme a jak k němu přistupujeme. Zodpovědná příprava na stáří vyžaduje určitou sebedisciplinu a jistou míru odříkání. Jak plyne z některých výpovědí, s riziky spojenými se stářím se informanti během produktivního období moc nezabývali. Tudíž cílená a dlouhodobá příprava se jinými slovy vůbec neřešila. Dalším důvodem bylo zaneprázdněné produktivní období života, které nedávalo příležitost zabývat se tématem přípravou na stáří, také nedostatek financí hrál významnou roli, ale stěžejním bylo, očekávání pomoci od státu.

Jak je patrné z výzkumu, ti, kteří se na stáří a odchod do důchodu připravují, se těší, mají jasné představy, někteří dokonce již plány, jak využijí čas v důchodu. Pokud je příprava na stáří navíc včasná, je mnohem více pravděpodobné, že nové životní období bude příjemnější a lépe zvladatelné. Z výzkumu plyne, že včasná a cílená příprava vede k lepší adaptaci na stáří a zvýšené spokojenosti v důchodovém věku. Naopak ti, kteří situaci podceňují a spoléhají se na pomoc státu, mohou čelit větším obtížím a nejistotám v důchodovém věku. Závěry práce naznačují, že včasná a komplexní příprava na stáří je klíčovým faktorem pro dosažení příjemného a spokojeného důchodového života.

Zpracované a analyzované informace mohou přispět k vyšší informovanosti a možnostem optimální a individuální volby přípravy občanů na stáří a odchod do důchodu. Diplomová práce může být využita pro snazší orientaci v aktuální právní úpravě důchodového pojištění a ke zvýšení informovanosti o změnách v této oblasti. Potřebná úroveň informovanosti o stávajícím budoucím důchodovém systému a jeho dalších změnách je jedním z předpokladů správného rozhodnutí, které může v budoucnu ovlivnit vznik nároku na důchod a také i na jeho výši.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

Knihy

ARNOLDOVÁ, Anna. *Vybrané kapitoly ze sociálního zabezpečení*. Praha: Karolinum, 612 s. 2007. ISBN 978-80-246-1393-2.

BAŠTECKÝ, J., KÜMPEL, Q., VOJTĚCHOVSKÝ, M. *Gerontopsychiatrie*. Praha: Grada, 1994. ISBN 80-7169-070-8.

BRDEK, Miroslav, Hana JÍROVÁ a Vojtěch KREBS. *Trendy v evropské sociální politice*. Praha: ASPI Publishing, 251 s. 2002. ISBN 8086395251.

BUTLER, N. Robert. *Why survive? Being Old in America*. 1. vydání. Univerzitní nakladatelství Johnse Hopkinse, 2002. ISBN 978-08-018-7425-3.

BUTTARO, Terry Mahan a Kate BARBA. *Nursing care of the hospitalized older patient*. Ames: Wiley-Blackwell, 2013. ISBN 978-0-8138-1046-1.

CIPRA, Tomáš. *Penze: kvantitativní přístup*. Praha: Ekopress. 409 s. 2012. ISBN 978-80-86929-87-3.

ČEVELA, Rostislav, KALVACH Zdeněk a ČELEDOVÁ Libuše. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.

ČELEDOVÁ, Libuše, KALVACH Zdeněk a ČEVELA Rostislav. *Úvod do gerontologie*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3404-3.

DIENSTBIER, Zdeněk. *Průvodce stárnutím aneb jak ho oddálit*. Praha: Radix, 2009. ISBN 978-80-86031-88-0.

DIENSTBIER, Zdeněk. *Průvodce stárnutím, aneb, Jak ho oddálit*. Vyd. 2. Praha: Radix, 184 s. 2012. ISBN 978-80-87573-01-3.

DURDISOVÁ, Jaroslava. *Sociální politika v ekonomické praxi: vybrané problémy*. Praha: Oeconomica, 246 s. 2005. ISBN 8024508508.

DVOŘÁČKOVÁ, Dana. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. Praha: Grada, 2012. ISBN 9788024741383.

FARKOVÁ, Marie. *Dospělost a její variabilita*. Praha: Grada. 2009. ISBN 978-80-247-2480-5.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.

GIDDENS, Anthony, SUTTON W. Philip. *Sociologie*. 1. .Praha: Argo, 2013. ISBN 978-80-257-0807-1.

GREGOROVÁ, Zdeňka. *Důchodové systémy*. 1.vyd., Brno: Masarykova univerzita. 1998. ISBN 80-210-2003-2.

GREGOROVÁ, Zdeňka a Milan GALVAS. *Sociální zabezpečení. 2., aktualiz. a dopl. vyd.* Brno: Masarykova univerzita, 280 s. 2000. ISBN 80-210-3686-9.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Manuálek sociální gerontologie*. 2004. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2004. ISBN 80-7013-363-5.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Panorama. Pyramida. 1990. ISBN 80-7038-158-2.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří, 2. vyd.* Praha: Havlíček Brain Team, 2010. ISBN 978-80-8710-919-9.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. Praha: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8.

HEGYI, Ladislav. *Sociálna gerontológia*. Bratislava: Herba, 2012. ISBN 978-80-89171-99-6.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace. 2., aktualiz. vyd.* Praha: Portál, 2008. ISBN 97-88-0736-7485-4.

HENDL, Jan. *Přehled statistických metod: analýza a metaanalýza dat. 5., rozšířené vydání*. Praha: Portál, 2015. ISBN 97-88-0262-0981-2.

HOLMEROVÁ, I. A KOL. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. Praha: EV public relations, 2007. ISBN 978-80-254-0179-8.

HORSKÁ, Pavla, Milan KUČERA, Eduard MAUR a Milan STLOUKAL. *Dětství, rodina a stáří v dějinách Evropy*. Praha: Panorama, 1990. ISBN 807038011x.

HOVORKA, Jaroslav. *Cesta do stáří*. Praha: Práce. 1986. ISBN 24-003-86.

HYNKOVÁ, Vendula, Jiří NOVÝ. *Makroekonomie I – pro bakalářské studium, III. díl. 1. vyd.* Brno: Univerzita obrany, 2010. ISBN 978-80-7231-734-9.

JANDA, Josef. *Zajištění na stáří: jak se co nejlépe připravit na podzim života*. Praha: Grada. Finance pro každého. 2012. ISBN 9788024744001.

JANDOUREK, Jan. *Sociologický slovník*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-269-0.

JANIŠ, Kamil a Jitka SKOPALOVÁ. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada. Pedagogika. 2016. ISBN 978-80-247-5535-9.

KAŠE, Miroslav. *Vybrané aspekty důchodové reformy v České republice*. Grada, 200, s. 23-24 2021. ISBN 978-80-271-3042-9.

KLEVETOVÁ, D., I. DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory. 1. vyd.* Praha, 2008. ISBN 978-80-247-2169-9.

KLEVETOVÁ, Dana. *Motivační prvky při práci se seniory. 2., přepracované vydání.* Praha: Grada Publishing, Sestra, 2017. ISBN 978-80-271-0102-3.

KOUKOLÍK, František. *Metuzalém, o stárnutí a stáří.* Praha: Karolinum, 2014. ISBN 978-80-2462-471-6.

KOCOURKOVÁ, Jiřina. *Plánované rodičovství a reprodukční ztráty.* In: BARTOŇOVÁ, Dagmar, 2010. *Demografická situace České republiky: proměny a kontexty 1993-2008.* Praha: Sociologické nakladatelství (SLON). 157-168. ISBN 978-80-7419-024-7.

KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky.* Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-383-3.

KREBS, Vojtěch. *Sociální politika. 5. vyd.* Praha: ASPI, 2010. ISBN 978-80-7357-585-4.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie, 1. vyd.,* Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-427-3604-4.

KUTNOHORSKÁ, Jana a Barbora PLISKOVÁ. *Komunikace a etické aspekty péče o seniory.* Zlín: UTB, 2017. ISBN 978-80-7454-694-5.

MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních.* Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3.

MATOUŠEK, O., KODYMOVÁ, P., KOLÁČKOVÁ, J. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi.* Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika. 1. vyd.* Brno, 2004. ISBN 80-210-3345-2.

PALMORE, Erdman Ballagh. *Ageism: negative and positive. 2nd ed.* New York: Springer, 1999. ISBN 0-8261-7002-1.

PRUDKÁ, Š. *Sociální služby pro seniory v kontextu sociální politiky.* Praha: Wolters Kluwer, 2015. ISBN 978-80-7478-839-0.

PYŠNÁ, J. A KOL. *Kvalita života seniorů a pohyb.* Bratislava: Infopress, 2009. ISBN 978-80-85402-98-8.

RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne.* Brno: Masarykova univerzita - Filosofická fakulta a Georgetown. 1995. ISBN 80-210-1155-6.

RHEINWALDOVÁ, E. *Novodobá péče o seniory.* Praha: Grada, 1999. ISBN 80-7169-828-8.

ROŚLAWSKI, A. *Jak zůstat fit ve stáří.* Brno: Computer Press, 2005. ISBN 80-251-0774-4.

RYTÍŘOVÁ, Lucie. *Důchodový systém v České republice. Práce, mzdy, pojištění*. Olomouc: ANAG, 2013. ISBN 9788072638215.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem. Vyd. 2., přeprac.* Praha: Portál, 2004. ISBN 8071788295.

SCHIRRMACHER, F. *Das Methusalem - Komplott. München*: Karl Blessig Verlag, 2004. ISBN 3-89667-225-8.

SCHIRRMACHER, Frank. *Spiknutí metuzalémů: stáří má zelenou*. Praha: Knižní klub, 2005. ISBN 8024214962.

SKUTIL, Martin. *Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-778-7.

STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.

SÝKOROVÁ, Dana, 2007. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 978-80-86429-62-5.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍTKOVÁ, Jitka et al.. *Přehled vývojové psychologie. Vyd. 2.* Olomouc: Univerzita Palackého, 2003. ISBN 80-244-0629-2.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Lucie SMÉKALOVÁ. *Edukace seniorů: geragogika a gerontodidaktika. I.* Praha: Grada. Pedagogika (Grada), 2015. ISBN 978-80-247-5446-8.

ŠRAMO, J. *Příprava na stáří*. Praha: Občanské sdružení Melius, 2012. ISBN 978-80-87638-00-2.

ŠTIKAR, J., HOSKOVEC, J., ŠMOLÍKOVÁ, J. *Bezpečná mobilita ve stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1339-0.

ŠVAŘÍČEK, Roman., ŠEĐOVÁ, Klára., a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.

TOMEŠ, Igor. *Úvod do teorie a metodologie sociální politiky. I. vyd.* Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-680-3.

TOMEŠ, I. *Obory sociální politiky*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-868-5.

VETEŠKA, Jaroslav a Tereza VACÍNOVÁ. *Aktuální otázky vzdělávání dospělých: andragogika na prahu 21. století*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. 2011. ISBN 978-80-7452-012-9.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti. I. vyd.* Mezinárodní politologický ústav, 2008. ISBN 978-80-210-4627-6.

VIDOVIČOVÁ, L. A KOL. *Stáří ve městě, město v životě seniorů*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2013. ISBN 978-80-7419-141-1.

VOPÁTEK, Jiří. *Ukončení důchodového spoření v ČR (II. pilíř 2013-2015)*. Národní pojištění. 47(4), 17-19. 2016. ISSN 0323-2395.

ZAVÁZALOVÁ, H. A KOL. *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 80-246-0326-8.

ŽUMÁROVÁ, M., BALOGOVÁ, B. *Medzigeneračné mosty*. Košice: Menta Media, 2010. ISBN 978-80-89392-23-0.

AKADEMICKÉ PRÁCE A ODBORNÉ ČLÁNKY

FENCLOVÁ, Ivana. *Informovanost seniorů o možnostech zajištění jejich bezpečí kraje* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2014 [cit. 2024-01-21]. Diplomová práce. Dostupné z: [Závěrečná práce: Bc. Ivana Fenclová: Informovanost seniorů o možnostech zajištění jejich bezpečí \(muni.cz\)](#)

HALÍŘ, Jakub. *Vývoj důchodového pojištění v české republice* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2017/2018 [cit. 2024-01-21]. Disertační práce. Dostupné z: [Disertacni prace - Vyvoj duchodoveho pojisteni - Halir.pdf \(muni.cz\)](#)

HRDÝ, Milan. *Analýza důchodových systémů a jejich možné aplikace v ČR* [online]. Praha: Karlova univerzita, 2016 [cit. 2024-01-21]. Rigorózní práce. Dostupné z: [Analýza důchodových systémů a jejich možné aplikace v ČR | Digitální depozitář UK \(cuni.cz\)](#)

JAROŠČÁKOVÁ, Jana. *Příprava na stáří jako integrální součást života* [online]. Zlín: Univerzita Tomáše Bati, 2016 [cit. 2024-01-21]. Diplomová práce. Dostupné z: [Příprava na stáří jako integrální součást života \(utb.cz\)](#)

MINAŘÍKOVÁ, Jana. *Informovanost obyvatel Zlínského kraje o problematice důchodového systému a zajištění na stáří* [online]. Zlín: Univerzita Tomáše Bati, 2011 [cit. 2024-01-21]. Bakalářská práce. Dostupné z: [Informovanost obyvatel Zlínského kraje o problematice důchodového systému a zajištění na stáří \(utb.cz\)](#)

NEDBAL, Darek. *Asistent pedagoga a jeho význam v inkluzivním procesu* [online]. Zlín: Univerzita Tomáše Bati, 2022 [cit. 2024-01-21]. Diplomová práce. Dostupné z: [Asistent pedagoga a jeho význam v inkluzivním procesu \(utb.cz\)](#)

POKORNÝ, Antonín. *Důchodový systém ČR* [online]. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, 2022 [cit. 2024-01-21]. Diplomová práce. Dostupné z: [Diplomova pra ce Pokorny fina le.pdf \(zcu.cz\)](#)

SIOSTRZONEK, Jan. *Důchodová politika ČR* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2006 [cit. 2024-01-21]. Diplomová práce. Dostupné z: [Závěrečná práce: Jan Siostrzonek: Důchodová politika ČR \(muni.cz\)](#)

Studijní texty ke zvláštní části úřednické zkoušky k oboru služby č. 15 Sociální pojištění MPSV, 31. 8. 2023.

TUČKOVÁ, Věra. *Příprava na stáří pohledem střední generace Zlínského kraje* [online]. Zlín: Univerzita Tomáše Bati, 2015 [cit. 2024-01-21]. Bakalářská práce. Dostupné z: [Příprava na stáří pohledem střední generace Zlínského kraje \(utb.cz\)](#)

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Věková diskriminace – Ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2006 [cit. 2024-01-21]. Odborná publikace. Dostupné z: [Věková diskriminace - ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh | Masarykova univerzita \(muni.cz\)](#)

VIDOVIČOVÁ, Lucie, Ladislav RABUŠIC a Eva GREGOROVÁ. *O projektu. MUNI FSS Ageismus.cz* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2019 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [O projektu | Ageismus.cz](#)

LENDEROVÁ, Milena. *Z dějin české každodennosti*. Karolinum, 2018. ISBN 978-80-246-3510-1. Dostupné z: <https://www.bookport.cz/AccountSaml/SignIn/?idp=https://shibboleth.utb.cz/idp/shibboleth&returnUrl=/kniha/z-dejin-ceske-kazdodennosti-5726/>

INTERNETOVÉ ZDROJE

Ageismus a diskriminace [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Ageismus a diskriminace | Centrum pro výzkum stárnutí \(muni.cz\)](#)

Ježíškova vnoučata [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: <https://jeziskovavnoucata.rozhlas.cz/>

Demografie [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Vývoj globální populace: 10,9 miliardy lidí v roce 2100 - Finlord](#)

Demografie Evropy v roce 2021[online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Demograhya-InteractivePublication-2021_cs.pdf \(czso.cz\)](#)

Senioři v datech [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Senioři v ČR v datech - 2009 | ČSÚ \(czso.cz\)](#)

Graf 1 Obyvatelstvo ve věku 80 let a více [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Demograhya-InteractivePublication-2021_cs.pdf \(czso.cz\)](#)

Graf 2 Zobrazení obyvatelstva ČR podle pohlaví, věku a rodinného stavu [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Aktuální populační vývoj v kostce | ČSÚ \(czso.cz\)](#)

Světová statistika [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Worldometer - Světová statistika v reálném čase \(worldometers.info\)](#)

Světová populace [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Lowest-low fertility: Signs of a recovery in Italy? \(demographic-research.org\)](#)

Problematika stárnutí [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Stárnutí se nevyhneme | ČSÚ \(czso.cz\)](#)

Vyživovací povinnost [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Nestaráte se o rodiče? Porušujete zákon – FAEL.cz](#)

Podpora seniorů [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Na jakou podporu může mít senior nárok? \(neztratitsevestari.cz\)](#)

Český statistický úřad [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Senioři v ČR v datech - 2023 \(czso.cz\)](#)

Důchodové pojištění [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodové pojištění \(mpsv.cz\)](#)

Obrázek 1 Důchodový systém [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Základní informace | Důchody | Ministerstvo financí ČR - proč se finančně vzdělávat? \(mfcr.cz\)](#)

Hlavní změny v důchodovém pojištění [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Hlavní změny v důchodovém pojištění schválené v roce 2023 \(mpsv.cz\)](#)

Výše a sazba [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Výše a sazba - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Penzijní společnosti [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Penzijní společnosti | Ministerstvo financí ČR \(mfcz.cz\)](#)

Důchodová reforma [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová reforma \(mpsv.cz\)](#)

Předčasný důchod [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Do předčasného důchodu zamířil rekordní počet osob | ČSÚ \(czso.cz\)](#)

Státní důchod [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Vyplatí se spoléhat jen na státní důchod? - Generali penzijní společnost \(generalipenze.cz\)](#)

Finanční vzdělávání [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Kolik peněz budeme v penzi potřebovat? - Finanční vzdělávání \(financnivzdelavani.cz\)](#)

Starobní důchody [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Starobní důchody \(mpsv.cz\)](#)

Povinná účast [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Povinná účast na pojištění - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Účast OSVČ [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Povinná účast na pojištění - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Náhradní doba pojištění [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Náhradní doba pojištění - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Dobrovolná účast na pojištění [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Dobrovolná účast na pojištění - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Důchod ze zahraničí [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Státní důchod ze zahraničí - Your Europe \(europa.eu\)](#)

Kdy půjdu do důchodu [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Odchod do důchodu: Kdy půjdou ročníky 1966 až 1972 \(novinky.cz\)](#)

Starobní důchod [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Starobní důchod podrobně - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Roční vyměřovací základ [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Roční vyměřovací základ: 155/1995 Sb. Zákon o důchodovém pojištění \(zakonyprolidi.cz\)](#)

Důchodová kalkulačka [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová kalkulačka - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Zaměstnávání seniorů [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Odchod do důchodu a zaměstnání seniorů — Dostupný advokát \(dostupnyadvokat.cz\)](#)

Předčasný starobní důchod [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Starobní důchod - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Předdůchod [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [jak seknout s prací až o 5 let dřív | Komerční banka \(kb.cz\)](#)

Tabulka 2 Minimální výše prostředků na účtu doplňkového penzijního spoření pro výplatu předdůchodu [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Předdůchod | KB Penzijní společnost \(kbps.cz\)](#)

Přesluhování [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová kalkulačka - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Rozhodné období [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová kalkulačka - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Vyloučená doba [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová kalkulačka - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Vyměřovací základ [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová kalkulačka - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Výpočtový základ [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová kalkulačka - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Základní výměra důchodu [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Důchodová kalkulačka - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Výpočet starobního důchodu [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Výpočet a výplata důchodu - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

Valorizace [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Valorizace důchodů a výsluhových příspěvků v roce 2024 - Ministerstvo vnitra České republiky \(mvcr.cz\)](#)

Pozůstalostní důchody [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [155/1995 Sb. Zákon o důchodovém pojištění \(zakonyprolidi.cz\)](#)

Pozůstalostní důchody [online]. 2024 [cit. 2024-01-21]. Dostupné z: [Pozůstalostní důchody podrobně - Česká správa sociálního zabezpečení \(cssz.cz\)](#)

ZÁKONY

Zákon č. 42 /1994 Sb., o penzijním připojištění se státním příspěvkem

Zákon č. 427/2011 Sb., o doplňkovém penzijním spoření

Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění

Zákon č. 589/1992 Sb., o pojistném na sociální zabezpečení a příspěvku na státní politiku zaměstnanosti

Zákon č. 426/2011 Sb., o důchodovém spoření

Zákon č. 376/2015 Sb., o ukončení důchodového spoření

Zákon č. 89/2012 Sb., Občanský zákoník

Zákon č. 71/2023 Sb., Zákon, kterým se mění zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů, a některé další zákony

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

CZSO	Česká správa sociálního zabezpečení
ČSÚ	Český statistický úřad
DB	Dávkově definované
DC	Příspěvkově definované
DPP	Dočasný pracovní poměr
EU	Evropská unie
HDP	Hrubý domácí produkt
MFČR	Ministerstvo financí České republiky
MPSV	Ministerstvo práce a sociálních věcí
OSN	Organizace spojených národů
OSSZ	Okresní správa sociálního zabezpečení
OSVČ	Osoba samostatně výdělečně činná
OVZ	Osobní vyměřovací základ
RVZ	Roční vyměřovací základ
Sb.	Sbírky zákonů
SD	Starobní důchod
SVČ	Samostatná výdělečná činnost
TP	Tělesně postižený
ZDP	Zákon důchodového pojištění
ZTP	Zvlášť tělesně postižený
ZTP/P	Zvlášť tělesně postižený s průvodcem

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Důchodový systém	33
Obrázek 2 Paradigmatický model	91
Obrázek 3 Model selektivního kódování	94

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Rozdíly mezi předdůchodem a předčasným starobním důchodem	39
Tabulka 2 Minimální výše prostředků na účtu doplňkového penzijního spoření pro výplatu předdůchodu.....	52
Tabulka 3 Informanti výzkumu	59

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 Obyvatelstvo ve věku 80 let a více (jako % z celkové populace EU).....	17
Graf 2 Zobrazení obyvatelstva ČR podle pohlaví, věku a rodinného stavu	19
Graf 3 Vývoj výše průměrných důchodů a srovnání s průměrnou mzdou	31

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I Státní příspěvek k penzijnímu připojištění	116
Příloha P II Tabulka důchodového věku podle § 32 zdp u pojištěnců narozených v období let 1936 až 1971	117
Příloha P III Tabulka důchodového věku u pojištěnců narozených v roce 1966 a později	118
Příloha P IV Seznam kódů včetně jejich lokalizace	119
Příloha P V Sumarizace kódů	123
Příloha P VI Ukázka rozhovoru	124

Příloha P I STÁTNÍ PŘÍSPĚVEK K PENZIJNÍMU PŘIPOJIŠTĚNÍ

Pro státní příspěvek platí dvě zásady: čím je příspěvek účastníka vyšší, tím je státní příspěvek také vyšší, a to až do hranice 500 Kč příspěvku účastníka (maximální státní podpora je 150 Kč). Čím je příspěvek účastníka absolutně vyšší, tím je státní příspěvek relativně nižší (v poměru k příspěvku). Na příspěvek zaplacený zaměstnavatelem zcela nebo zčásti za zaměstnance se státní příspěvek neposkytuje. V úseku od 100 Kč do 500 Kč příspěvku účastníka (50-150,- Kč státního příspěvku) dostaneme degresivní závislost. Protože státní příspěvek je omezen maximálně na 150 korun, ale účastníkův příspěvek není horní hranicí omezen, pak při vyšších účastníkových platbách relativní výnos ze státního příspěvku dále klesá (ale právě za hranicí 500,- Kč příspěvku účastníka nastupuje další forma podpory, a to daňové zvýhodnění). Původní zákonná úprava obsahovala základní zvýhodnění + 25% zvýhodnění pro prvních 24 měsíců placení příspěvků. Vzhledem k tomu a také s ohledem na inflaci, která odčerpala větší kus kupní síly státního příspěvku, přišla vláda s myšlenkou trvalého 25 % navýšení státního příspěvku, ale jen pro účastníky, kteří svou smlouvu upraví na další podmínky novelizace, zejm. pak prodloužení doby nároku na čerpání dávek starobní penze na 60 let oproti původním 50 rokům. Další formou podpory je daňová úleva. Částka, kterou lze odečíst, se rovná úhrnu zaplacených příspěvků ve zdaňovacím období, sníženém o 6000 Kč. Maximálně pak odečíst 12 000 Kč (Siostrzonek, 2006).

Při dostatečně vysokých příjmech lze v souběhu obou forem podpory dosáhnout poměrně dobrých výsledků. Ovšem pro tuto formu je důležité, aby částka byla zaplacená samotným účastníkem, neboť příspěvek zaplacený zaměstnavatelem nelze při odpočtu uplatnit, ani se na něj nevztahuje onen státní příspěvek. Zaměstnavatelé mohou odečíst příspěvek zaměstnanci až do výše 3 % z vyměřovacího základu na sociální a zdravotní pojištění. V případě přiznání vyššího příspěvku než 3 % jsou částky nad tuto hranici pro zaměstnavatele daňově nezdanitelným nákladem. Příspěvky poskytnuté zaměstnavatelem za zaměstnance jsou do výše 5 % vyměřovacího základu pro pojistné na sociální a zdravotní pojištění osvobozeny od daně z příjmu. (příspěvek poskytnutý nad tuto hranici už podléhá zdanění). V obou případech do výše procentní hranice jde o osvobození od daně z příjmu, jsou-li poskytnuty částky nad tuto hranici, pak i nadále nepodléhají sociálnímu a zdravotnímu pojištění (zákon č.589/1992 Sb.,).

**Příloha P II TABULKA DŮCHODOVÉHO VĚKU PODLE § 32 ZDP U
POJIŠTĚNCŮ NAROZENÝCH V OBDOBÍ LET 1936 AŽ 1971**

Rok narození	Důchodový věk činí u					
	mužů	žen s počtem vychovaných dětí				
		0	1	2	3 a 4	5 a více
1936	60r+2m	57r	56r	55r	54r	53r
1937	60r+4m	57r	56r	55r	54r	53r
1938	60r+6m	57r	56r	55r	54r	53r
1939	60r+8m	57r+4m	56r	55r	54r	53r
1940	60r+10m	57r+8m	56r+4m	55r	54r	53r
1941	61r	58r	56r+8m	55r+4m	54r	53r
1942	61r+2m	58r+4m	57r	55r+8m	54r+4m	53r
1943	61r+4m	58r+8m	57r+4m	56r	54r+8m	53r+4m
1944	61r+6m	59r	57r+8m	56r+4m	55r	53r+8m
1945	61r+8m	59r+4m	58r	56r+8m	55r+4m	54r
1946	61r+10m	59r+8m	58r+4m	57r	55r+8m	54r+4m
1947	62r	60r	58r+8m	57r+4m	56r	54r+8m
1948	62r+2m	60r+4m	59r	57r+8m	56r+4m	55r
1949	62r+4m	60r+8m	59r+4m	58r	56r+8m	55r+4m
1950	62r+6m	61r	59r+8m	58r+4m	57r	55r+8m
1951	62r+8m	61r+4m	60r	58r+8m	57r+4m	56r
1952	62r+10m	61r+8m	60r+4m	59r	57r+8m	56r+4m
1953	63r	62r	60r+8m	59r+4m	58r	56r+8m
1954	63r+2m	62r+4m	61r	59r+8m	58r+4m	57r
1955	63r+4m	62r+8m	61r+4m	60r	58r+8m	57r+4m
1956	63r+6m	63r+2m	61r+8m	60r+4m	59r	57r+8m
1957	63r+8m	63r+8m	62r+2m	60r+8m	59r+4m	58r
1958	63r+10m	63r+10m	62r+8m	61r+2m	59r+8m	58r+4m
1959	64r	64r	63r+2m	61r+8m	60r+2m	58r+8m
1960	64r+2m	64r+2m	63r+8m	62r+2m	60r+8m	59r+2m
1961	64r+4m	64r+4m	64r+2m	62r+8m	61r+2m	59r+8m
1962	64r+6m	64r+6m	64r+6m	63r+2m	61r+8m	60r+2m
1963	64r+8m	64r+8m	64r+8m	63r+8m	62r+2m	60r+8m
1964	64r+10m	64+10m	64r+10m	64r+2m	62r+8m	61r+2m
1965	65r	65r	65r	64r+8m	63r+2m	61r+8m
1966	65r	65r	65r	65r	63r+8m	62r+2m
1967	65r	65r	65r	65r	64r+2	62r+8m
1968	65r	65r	65r	65r	64r+8	63r+2m
1969	65r	65r	65r	65r	65r	63r+8m
1970	65r	65r	65r	65r	65r	64r+2m
1971	65r	65r	65r	65r	65r	64r+8m

**Příloha P III TABULKA DŮCHODOVÉHO VĚKU U POJIŠTĚNCŮ
NAROZENÝCH V ROCE 1966 A POZDĚJI**

rok narození	muži	ženy s 0-2 dětmi	ženy se 3-4 dětmi	ženy s 5 a více dětmi
1966	65 let a 2 měsíce	65 let a 2 měsíce	63 let a 8 měsíců	62 let a 2 měsíce
1967	65 let a 4 měsíce	65 let a 4 měsíce	64 let a 2 měsíce	62 let a 8 měsíců
1968	65 let a 5 měsíců	65 let a 5 měsíců	64 let a 8 měsíců	63 let a 2 měsíce
1969	65 let a 7 měsíců	65 let a 7 měsíců	65 let a 2 měsíce	63 let a 8 měsíců
1970	65 let a 7 měsíců	65 let a 7 měsíců	65 let a 7 měsíců	64 let a 2 měsíce
1971	65 let a 7 měsíců	65 let a 7 měsíců	65 let a 7 měsíců	64 let a 8 měsíců
1972	65 let a 7 měsíců	65 let a 7 měsíců	65 let a 7 měsíců	65 let a 2 měsíce

Zdroj: MPSV

Příloha P IV SEZNAM KÓDŮ VČETNĚ JEJICH LOKALIZACE**Kategorie 1 INFORMOVANOST A POVĚDOMÍ (příčinná podmínka)**

Jsou příčinou jevu

Informace na úřadě 1/48-53; 1/69;1/92-94; 9/45;

Věk pro odchod do důchodu 1/95-97; 2/48; 2/50-51; 3/70; 4/59; 5/74; 6/66; 7/66; 8/68; 9/53; 10/58;

Průměrný důchod v roce 2023 1/23; 3/15-16; 4/16; 5/15; 7/21; 8/14;

Příručka 8/41-42;

Co je potřeba k žádosti 3/69; 4/58; 5/70-73; 6/64-65;

Povědomí o vyloučené době 1/98-101; 3/71-73; 4/61-63; 6/67-68; 10/59;

Zmátl termín 2/53; 4/60; 5/76; 7/68; 8/70; 9/55-56;

Sociální služby 3/44; 4/40; 5/36; 5/42; 6/44-46; 6/49-50; 7/43; 8/30; 8/39; 8/40; 9/26-27; 10/34;

Média zdroj 1/69; 2/36; 2/39; 4/46; 5/50; 6/56; 7/53; 8/40; 9/44; 10/42;

Informace o předčasném důchodu a předdůchodu 1/102-115; 2/55-56; 2/59-61; 4/57; 4/68; 5/80-81; 6/70-71; 7/69; 8/71-73; 10/60-62; 10/64-66;

Diskuze s rodinou/se známými 2/36; 5/51; 6/56; 7/53; 8/51; 9/47; 10/41-43;

Informace aktuální 1/60; 7/52.

Kategorie 2 ROZHODOVÁNÍ A PŘÍSTUP (jev)

Určitý fenomén, skutečnost

Problém systému 2/40-42; 3/52-58; 4/54-56; 5/52-58; 10/44-50;

Podpora mladší generace 8/54-61;

Pracující nemá problém 5/67-69; 7/63-64; 8/65-66; 10/54-56;

Spoléhat sám na sebe 1/35; 3/46; 7/33; 7/45; 7/54-58; 8/44;

Populace stárne 1/76-78; 3/46; 3/67; 8/45;

Přenechání mladým 5/59-61; 6/25; 6/60; 8/46-48; 10/51-53;

Možnosti odejít dřív 2/54; 2/62-63; 4/64-66; 4/68-69; 5/77-79;

Důvody proč odejít dřív 1/27-29; 1/117-119; 3/21-22; 3/79; 5/20-21; 5/80-81; 7/73;
8/12; 9/58-59; 10/63-64;

Přesluhování 1/65; 3/76-78; 5/62-64; 6/26; 6/74; 7/70-71; 8/74.

Kategorie 3 PŘÍPRAVA (strategické jednání a interakce)

Reakce, vývoj, snahy, interakce

Finanční rezerva 1/25-26; 3/9; 5/48; 6/53-54; 7/45-50; 8/16; 8/50;

Spoření 1/12; 1/14; 1/18-19; 5/46; 8/44-45; 9/36-38; 10/39;

Spoření ve více produktech 1/55-58; 6/11; 6/52-53; 7/50;

Finance uložené v nemovitosti 2/35; 3/48-49; 9/41-42;

Jiné priority 2/29; 4/32; 4/43; 5/2;

Volba každého 5/46-47;

Skromnost 3/11; 5/17; 7/12-14; 7/14-17; 8/7; 8/15;

Úprava bydlení 1/30; 3/24-25; 4/29; 5/23; 5/25; 6/27-30; 8/20-21; 9/21-23;

Vlastní bydlení 1/15; 2/19; 3/23; 5/23; 6/28; 8/6 + 20; 9/41; 10/19;

Společné bydlení 5/4-6;

Bydlení v nájmu 1/20; 4/20;

Životospráva 1/4-6; 1/32-34; 2/22; 3/26-27; 3/29-30; 5/29-32; 6/31-34; 7/30-32; 8/23-
26; 9/24-25; 10/21-23;

Změna místa 1/81-84; 4/21-24;

Místo pro důchodce 4/52-53; 6/61; 7/59-62; 9/49-50; 10/51-52.

Kategorie 4 OVLIVŇUJÍCÍ FAKTORY (kontext)

Podmínky, které náleží fenoménu a zároveň ovlivňují strategie

Odpovědnost státu 1/37; 2/32; 4/33-34; 6/17; 6/35+41; 9/26+27; 9/39; 10/24;

Nedostatek financí 1/72-73; 2/6-7; 2/9-11; 2/32; 2/34-35; 2/56-57; 3/13; 3/62-64; 4/67-68; 6/13; 6/16-17; 8/12; 8/76; 9/12; 9/37-38;

Společné hospodaření 4/17+19; 5/4-7;

Zdraví 1/9; 1/63+64; 3/22; 5/3; 9/6;

Zdravotní problémy 1/13; 1/29; 1/89-90; 2/16; 2/44; 2/64; 3/1; 3/13-14; 5/22; 6/18-19; 7/26-27; 9/18-19; 10/19.

Kategorie 5 SOCIÁLNÍ VAZBY/VZTAHY (intervenující podmínky)

Širší kontext ovlivňující strategie

Samota 2/14; 3/17; 5/6; 5/9; 5/12-14; 8/62-64; 10/10; 10/12-13;

Rodinné problémy 7/19; 8/13; 9/13;

Vnoučata 1/2; 1/11; 1/40; 2/25; 3/4; 3/8; 3/28; 3/37; 4/37; 5/30-31; 6/8; 9/1-2;

Přátelé 4/3; 7/6-8; 8/1-3; 9/5; 10/7-8; 10/22-23;

Manželství/partnerství 1/2; 5/6; 7/2-5; 9/8-10; 10/16;

Rodinné vztahy 1/40-41; 2/25; 3/36-38; 4/37-38; 5/37; 6/36-40; 6/42-43; 7/5; 7/14-16; 7/37-38; 8/31-33; 9/28-29; 10/25;

Očekávání pomoci rodiny 1/36; 2/24; 3/32; 3/38-39; 5/40; 5/42; 6/35-37; 7/33+35; 7/39-42; 8/27-30; 9/26; 9/30-31;

Zkušenost s pečováním 5/34-35; 8/36-38; 10/3;

Obavy o děti 1/36-37; 1/42-47; 2/26-27; 2/46-47; 3/4; 3/33-34; 4/34; 5/33-35; 6/44-47; 8/34; 10/27-33.

Kategorie 6 OČEKÁVÁNÍ A PŘÁNÍ (následky)

Výsledky strategií

Samostatnost 3/31; 4/39;

Obava z budoucnosti 1/3; 2/17-18; 2/64; 6/4-7; 10/18;

Přivýdělek 3/19; 4/4+7-8; 7/60-62; 8/17-19; 8/62-64;

Plán/představa 1/1-2; 1/7-11; 2/3; 3/2-4; 3/6-7; 4/2-3; 5/1; 5/82-83; 6/33-34; 6/75-76;
7/2-3; 8/4-5; 8/24; 9/2-6; 10/7-8;

Příjemné/hezké období 1/121-123; 3/81-82; 6/75-76; 7/75-79; 8/77-78; 9/61-63;
10/69-70.

Příloha P V SUMARIZACE KÓDŮ

Kategorie 1	INFORMOVANOST A POVĚDOMÍ (příčinné podmínky)
Nasyčené kódy	Informace na úřadě, věk pro odchod do důchodu, průměrný důchod v roce 2023, příručka, co je potřeba k žádosti, povědomí o vyloučené době, zmátl termín, sociální služby, média zdroj, informace o předčasném důchodu a předdůchodu, diskuze s rodinou/se známými, aktuální informace
Kategorie 2	ROZHODOVÁNÍ A PŘÍSTUP (strategické jednání)
Nasyčené kódy	problém systému, podpora mladší generace, pracující nemá problém, spoléhat sám na sebe, populace stárne, přenechání mladým, možnosti odejít dřív, důvody, proč odejít dřív, přesluhování
Kategorie 3	PŘÍPRAVA (jev)
Nasyčené kódy	Finanční rezerva, spoření, spoření ve více produktech, finance uložené v nemovitosti, jiné priority, volba každého, skromnost, úprava bydlení, vlastní bydlení, společné bydlení, bydlení v nájmu, životospráva, změna místa, místo pro důchodce
Kategorie 4	OVLIVŇUJÍCÍ FAKTORY (kontext)
Nasyčené kódy	Odpovědnost státu, nedostatek financí, společné hospodaření, zdraví, zdravotní problémy,
Kategorie 5	SOCIÁLNÍ VAZBY/ VZTAHY (intervenující podmínky)
Nasyčené kódy	Samota, rodinné problémy, vnoučata, přátelé, manželství/partnerství, rodinné vztahy, očekávání pomoci rodiny, zkušenost s pečováním, obavy o děti
Kategorie 6	OČEKÁVÁNÍ A PŘÁNÍ (následky)
Nasyčené kódy	Samostatnost, obava z budoucnosti, přívídělek, plán/představa, příjemné/hezké období

Příloha P VI UKÁZKA ROZHOVORU

ROZHOVOR Č. 1

Dobrý den,

jmenuji se Michaela Knotová Poláková a sešli jsme se ohledně rozhovoru na téma:

„Připravenost a informovanost občanů ve věku 60 – 65 let na stáří, odchod do důchodu, jejich možnosti, očekávání a povědomí ve vztahu k důchodovému pojištění.“

V rámci zachování vaší anonymity bude vaše pravé jméno nahrazeno číslicí, tak aby nemohlo dojít k vaší identifikaci. Souhlasíte s nahráváním do diktafonu?

Pohlaví: *žena*

Věk: *61*

Rodinný stav: *vdaná*

Máte děti? *ano*

Kolik? *3*

Vzdělání: *Vysokoškolské*

Jste: *zaměstnaný*

Profese: *státní úředník*

Použité zkratky a znaky:

T	tazatelka
II	informantka prvního rozhovoru
...	pauza
(smích)	neverbální projev

„začátek rozhovoru“

T: Co se vám vybaví pod pojmem stáří?

1. II: *Tak, co, no doba v důchodu, kdy nemusím chodit do práce, užívám si konečně svoje koničky,*
ADPAC NĚK ZPRAVY
2. *MÁM S MANŽELEM ČAS NA SEBE, NĚ VÝLETY NA VNOUČATA. STÁŘI SAMOZŘEJMĚ NENÍ JEN SAMÉ PLUS.*
MANŽELSTVÍ VNOUČATA
3. *takže se stářím asi i nějaké ty nemoci přijdou, už toho člověk nezvládne tolik, co dřív, ale nemusí*
NEMOCI U MŮJEK SH
4. *to být nějak špatné, pokud se člověk drží nějak v kondici a dodržuje nějakou přiměřenou*

5 životosprávu. Tak si myslím, že jako stáří minimálně to rané stáří může být ještě velice zajímavé
6 období.

T: Přemýšlíte o tom, jak budete trávit čas v důchodu?

7 II: Občas ano, když je toho někdy moc, tak si člověk po tom klidu, který bude v důchodu
8 zasteskne. Ale není to zatím žádná konkrétní představa nebo plán, co kdy a jak, ale spíš se těším
9 na ten volný čas, a pokud budeme i s manželem zdraví, tak máme spoustu možností jak si ten
10 čas udělat hezký, třeba cestování, rádi tancujeme, chodíme do kina a na koncerty, pak taky
11 vnučátka, jak říkám je toho spousta (smích).

T: Myslíte, že si v důchodu udržíte vaši stávající životní úroveň?

12 II: Tak já doufám, že jo, protože si na důchod celkem dost dlouho spoříme s manželem, takže
13 samozřejmě, že ten příjem určitě klesne, samozřejmě důchod nebude takový jak měsíční
14 mzda, ale díky tomu, že si spoříme, tak si myslím, že naše životní úroveň nijak zvlášť neklesne.
15 Žijeme na vesnici, máme vlastní dům, zahrádku, takže myslím si, že neklesne.

T: Mají podle vás dnešní senioři problémy?

16 II: Ano mají.

T: Pokud ano. S jakými problémy si myslíte, že se dnešní senioři potýkají nejvíce?

17 II: No tak určitě si myslím, že ten pokles životní úrovně, ale to se podle mě týká jen určité
18 skupiny lidí, kteří samozřejmě podcenili spoření na důchod, to znamená, že si nespořili nebo
19 začali spořit pozdě a nebo si spořili málo, protože třeba nemohli. To ještě neznamená, že by
20 nechtěli. A nebo jsou to důchodci, kteří žijí prostě někde v nájemním bydlení, takže je
21 samozřejmě devastuje vysoký nájem. Takže toto si myslím, že je jen pro určitou skupinu lidí.
22 nebo... netýkají se s tím všichni. Já si myslím, že zrovna nás se toto týkat nebude.

T: Znáte výši průměrného důchodu vypláceného v roce 2023?

23 II: Tak úplně přesně statistiky neznám, ale tipla bych, že je to něco kolem 20. 000.- Kč?

T: S takovou výší důchodu, byla by, jste schopná měsíčně vyjít?

- 24 II: Tak zase, tak jak jsem řekla, myslím si, že vystačím, protože díky, penzijnímu spoření máme
 25 samozřejmě nějaké finanční rezervy. Takže díky tomu si myslím, že vystačím. Kdybych měla mít,
 26 být jenom na důchodu, bez spoření, tak si myslím, že by to bylo horší.

T: V médiích, se v poslední době, často skloňuje oddálení věku pro nástup do starobního důchodu až na 68+ Zvládala, by, jste svoji současnou profesi vykonávat i ve věku např. 68+?

- 27 II: To asi ne. To asi ne, protože pracuji na úřadě, kde člověk musí mít samozřejmě nějakou
 28 počítačovou gramotnost, být neustále ve střehu, a v kontaktu s novými zákony, směrnicemi, a
 29 držet ten krok po 68+ si myslím, že to už snad není ani možné.

T: Plánujete v souvislosti se stářím změnu nebo úpravu bydlení?

- 30 II: Tak doufám, že do důchodu stihneme všechno upravit a pospravovat, tak jak si
 31 představujeme a že v důchodu už nic spravovat nebudeme.

T: Jak pečujete o své zdraví?

- 32 II: Snažíme se. Snažíme se pečovat o své zdraví, takže v rámci možností člověk, se hýbeme.
 33 Snažíme se dodržovat nějakou životosprávu, snažíme se chodit pravidelně na různé prohlídky.
 34 preventivní, kontroly, i na očkování. Myslím si, že ano, že se o své zdraví staráme.

T: Kdo by se měl podle vás o seniора, který potřebuje pomoc a péči postarat?

- 35 II: Člověk by se měl na to stáří připravovat sám. Eventuelně, že by potřeboval, tak by se asi
 36 měla i trošku postarat rodina. Neříkám, že úplně to přehodit na děti, protože samy mají se s
 37 sebou.... Starostí, až nad hlavu. Ale stát by měl být asi až po té rodina.

T: Máte děti, jaké máte vztahy, navštěvujete se, jste v kontaktu?

- 38 II: S dětmi máme dobré vztahy. Jak jsem řekla, máme děti tři, dvě dcera a jednoho syna.
 39 Nejstarší dcera bydlí kousek od nás ve stejné vesnici, syn ve vedlejší vesnici a nejmladší dceru
 40 máme dál. Velmi často se navštěvujeme, jezdíme občas na společné výlety, hlídáme vnoučata,
 41 veškeré rodinné narozeniny, vánoce jubilea slavíme společně.

T: Byly by ochotné a schopné se o vás v případě potřeby postarat?

42 II: Těžko říct jestli by byli schopni nebo ochotni, protože teď třeba mají všichni malé děti a
 43 svých starostí plnou hlavu, časem také nijak extra neoplyvají. Co bude, až budeme ve starobním
 44 důchodu a třeba nemohoucí, protože nepředpokládám, že když přejdeme do starobního
 45 důchodu, že budeme hned nemohoucí, takže třeba v době kdy to budeme potřebovat a kdy nám
 46 bude třeba 80 + už budou naši vnuci dospělí a v případě, že by jsme, potřebovali, nějakou
 47 pomoc, tak si myslím, že určitě by nám děti se snažily v rámci svých možností pomoci.
 RANG PRAZDNÉ DE TI
 OČEKAVÁNÍ TĚMTO RODIN
 -11-
 OČEKAVÁNÍ POMOCI

T: Víte, na koho se můžete obrátit, kdo vám poskytne informace ke službám, dávkám?

48 II: Tak určitě bych se informovala, i když nevím úplně přesně, protože zatím jsem toto neřešila,
 49 ale myslím, že bych se informovala určitě na obecním úřadě, na nějakém odboru sociálním,
 50 nebo na nějakém městském úřadě, na odboru sociálním, informovat o tom... Záleželo by od
 51 toho, co bych potřebovala, jako službu, jestli by to bylo... jenom třeba nějaká terénní služba
 52 nebo bych potřebovala něco pobytového, ale asi bych se obrátila na obecní úřad a nějaký odbor
 53 sociální.
 SOCIÁLNÍ SLUŽBY
 SOCIÁLNÍ SLUŽBY
 TERÉNNÍ SLUŽBY
 POBYTOVÉ

T: Příručka budoucího důchodce, znáte, víte kde je k dostání?

54 II: Ne.

T: Myslíte si, že je nutné, aby si lidé v produktivním věku spořili na důchod?

55 II: Já si myslím, že to je absolutně nevyhnutelné. Jakékoliv spoření má smysl, ať už je to
 56 zmiňované penzijní, stavební nebo různé podílové, nebo třeba nemovitosti. Záleží, co je člověku
 57 asi tak nějak nejbližší.
 SPORĚNÍ
 SPORĚNÍ

T: Vy si na důchod spoříte?

58 II: Ano já mám stejně jako manžel uzavřené dva penzijní fondy, mám životní pojištění.
 SPORĚNÍ

T: Zajímají vás informace o změnách důchodového systému?

59 II: Tak důchodový systém, samozřejmě tak nějak to člověk sleduje. Začíná to být pro mě
 60 aktuální, dosti aktuální, takže se zajímám o různé formy. Třeba předčasného důchodu, sice jako
 OKRAJOVĚ sleduje
 IN FORMACE AKTUÁLNÍ
 PŘEDČASNÝ DŮCHOD

61 nemyslím si, že bych využila předčasný důchod nebo předdůchod, protože se cítím jako zdravá,
 62 práce schopná. Takže předpokládám, že určitě do věku starobního důchodu pracovat budu.
 63 Možná pokud mi to zdraví dovolí, tak i nějaký čas ještě i v důchodu, ale to opravdu záleží na
 64 okolnostech, hlavně na zdraví. Jako pokud se člověk bude cítit dobře a bude v pořádku, tak je
 65 možné že třeba nějaký rok, dva, tři bych mohla přeluhovat. Pokud mi to zdraví nedovolí, tak
 66 bych samozřejmě šla standardně. Zatím o tom předčasném důchodu ani předdůchodu
 67 neuvažuju, vím, že tyto formy jsou, že to existuje, ale nijak blíž jsem se o to nezajímala, protože
 68 si myslím, že se mě to týkat nebude.

T: Kde získáváte informace o důchodovém pojištění?

47 II: Tak určitě na ossz, anebo samozřejmě na internetu, že, tak tam už dneska najdete všechno,
 48 takže určitě bych si zadala konkrétní téma, které by mě zajímalo a myslím si, že tam se dočtu
 49 všechno potřebné.

T: Téma důchodový systém je v dnešní době hodně probírané téma v médiích, v čem vidíte největší problém důchodového systému??

42 II: Největší problém, no peníze, tak jak ve všeckém, že. Stát samozřejmě...neustále slyšíme, že
 43 peníze nemá, státní dluh se prohlubuje, deficit.... samozřejmě demografický vývoj o kterém se
 44 mluví už 20 let minimálně, možná dýl. Všichni o něm ví, že nastává, ale zatím žádná vláda
 45 neudělala nic konkrétního, aby to nějakým způsobem zvrátila nebo vůbec nějak zvládla. Takže
 46 stává se to, že opravdu důchodců začíná být pomalu víc než lidí v produktivním věku, a to je
 47 samozřejmě problém. Protože na ty důchodce, když to řeknu, úplně jednoduše nebude mít kdo
 48 dělat. A kde se ty peníze vezmou, že? Protože státní výdaje nejsou jenom na důchody. Takže
 49 v tomto vidím obrovský problém, ale jelikož se o tom posledních 30 let jenom kecá, tak nevím
 50 jestli se to....Nevím jestli se dožiju toho, že se to nějakým způsobem zvrátí nebo vyřeší.

T: Souhlasíte se současnou právní úpravou, která umožňuje pobírat starobní důchod současně s příjmem ze zaměstnání/ze samostatné výdělečné činnosti?

81 II: Tak je to dobrovolné. Kdo chce a zdraví mu to dovolí, ta proč by nemohl pracovat? Neříkám,
 82 že musí dělat konkrétní svoji profesí, kterou dělal posledních 20, 30 let, ale může klidně na
 83 částečný úvazek, brigádě někde vypomáhat, myslím si, že je spousta oborů, kde uvítají tady
 84 tyto....pracující důchodce. Pokud se člověk cítí, tak určitě ať pracuje.

T: Pro vznik nároku na starobní důchod bude potřeba získat 40 let pojištění místo dosavadních 35 let. Domníváte se, že bude problematické tuto potřebnou dobu pojištění získat?

- 85 II: ^{NEVÍ POKYSEM} Ne nebude, protože těch 40 let vlastně kopírujete, že se posouvá odchod do důchodu. Takže
 86 když se šlo v 50ti, tak bylo 35. Teď když se jde v 60, 65 no tak je logicky 40, 45. No je to, ale
 87 neúnosné, myslím si, že maximální odchod, nebo maximální věk pro odchod do důchodu by měl
 88 zůstat na 60ti letech, protože jsou profese, které už v 60ti toho mají plné kecky a v 65 tity
 89 lidi to stejně promarodí, to myslím si, že stát si tím nepomůže. Protože on to sice nevyplatí na
 90 důchodech, ale vyplatí to na nemocenských a na předčasných důchodech a na invalidních
 91 důchodech a na podobných věcech.

T: Co je třeba k žádosti o důchod?

- 92 II: ^{INFORMACE NA ÚRADE} Nevím, ještě to není zas až tak aktuální. Až ten čas nastane, tak zajdu na sociálku, důchodový
 93 odbor, zjistím si, co všechno po mě budou potřebovat a začnu to všechno vyřizovat a podle
 94 pokynů dokládat.

T: V kolika letech půjdete do důchodu vy?

- 95 II: ^{INTERNET} Jasně dneska máte plný internet různých důchodových kalkulaček, takže každý zhruba vím,
 96 kdy půjde, ve kterém roku mu vznikne ten nárok, takže pak zajdu na sociálku, aby mi to spočítali
 97 a řekli přesně, který měsíc, ^{VŘAD} od kdy mám nárok. No a k tomu si to začnu všechno vyřizovat.

T: Co znamená „vyloučená doba“ a jaký má význam pro důchod?

- 98 II: ^{POVĚDOMÍ O VYLOUČENÉ DOBE} Vyloučená doba, je ta doba, která se započítává do důchodu, ale člověk jako nechodil fyzicky
 99 do práce, to znamená, že to je u ženských mateřská dovolená, u chlapů ještě u nás teda povinná
 100 základní vojenská služba, jsou to studia.... může, to být nějaká péče o osobu blízkou, pokud
 101 člověk pečuje, myslím si, že toto jsou ty vyloučené doby.

T: Zmiňovala jste možnosti jako je předčasný důchod nebo předdůchod. Každá z těchto možností má své podmínky víte o nich?

- 102 II: ^{INFORMACE PŘEDČASNÝ A PŘEDDŮCHOD} Víím, protože jsem se o to zajímala čistě na teoretické bázi, takže předčasný důchod
 103 je... samozřejmě doba, kdy můžu jít.... vlastně, do důchodu, dřív než mi vznikne nárok, ovšem

INFORMACE O PŘEDČASNÉM A PŘEDDŮCHODU

124 v předčasném důchodu...ehm nemůžu chodit si přivydělávat do zaměstnání. To znamená, že po
 125 dobu předčasného důchodu než mi dojde ten věk toho starobního, řádný, tak musím prostě být
 126 doma. To je jedna věc a druhá věc je, že samozřejmě se mě, ten můj starobní důchod krátí.
 127 Tím podle toho jak moc dopředu do toho předčasného důchodu idu. Oproti tomu předdůchod,
 128 je vlastně doba, kdy můžu jít do důchodu, ale mohu ...u něho pracovat a ta doba se mě vlastně
 129 započítává do starobního důchodu. Má to samozřejmě háček a to je to, že na ten předdůchod
 130 musím mít naspořené svoje vlastní prostředky na penzijním spoření, ze kterých mě vlastně ten
 131 předdůchod bude vyplácen. Takže já vlastně budu brát předdůchod z vlastních peněz, ale mohu
 132 u toho pracovat a tím si i zvyšovat průměr na ten starobní důchod. Takže je to určitá
 133 alternativa, je to určitá možnost, ale zase není to pro každého, protože ne každý je schopný si
 134 naspořit. Ta částka není úplně malá, tak ne každý je toho schopný aby mohl do toho
 135 předdůchodu jít.

T: Umíte si představit důvod, pro který, byste zvažovala jednu z těchto možností?

116 II: Já úplně osobně ne..., v práci jsem spokojená, práce mě baví, práci zvládám, takže si
 117 myslím, že v mém případě ne, ale občas si představím, že pokud má někdo opravdu nějaké hodně
 118 těžké zaměstnání, fyzickou námahu, nebo nějaké psychicky náročné zaměstnání nebo jsou to
 119 nějaké nepřetržité provozy, tak že tady tito lidé... už musí být opravdu... hodně vyčerpání a
 120 tam si umím představit, že by tito lidé, na ten předčasný nebo předdůchod asi kývli.

T: A na závěr. Umíte si představit, že bude stáří a odchod do důchodu hezké období?

121 II: Umím a popravdě zatím si ho ani jinak představovat nechci. Doufám, že budeme mít dost
 122 čas na všechno, na co teď tolik času nemáme a společně s manželem si budeme jen zaslouženě
 123 užívat a odpočívat (smích).

Děkuji Vám za spolupráci a váš čas.