

Současné možnosti cestování seniorů

Vysoká škola polytechnická Jihlava
Tolstého 16, 586 01 Jihlava

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor práce:	Lenka Kalašová
Studijní program:	Ekonomika a management
Obor:	Cestovní ruch
Název práce:	Současné možnosti cestování seniorů
Cíl práce:	Problematika cestování seniorů z pohledu aktuální situace ve společnosti – analýza situace ve vybraném regionu.



Mgr. Eva Horňáková
vedoucí bakalářské práce



RNDr. Eva Janoušková, Ph.D.
vedoucí katedry
Katedra cestovního ruchu

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je původní a zpracovala jsem ji samostatně. Prohlašuji, že citace použitých pramenů je úplná, že jsem v práci neporušila autorská práva (ve smyslu zákona č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů, v platném znění, dále též „AZ“).

Souhlasím s umístěním bakalářské práce v knihovně VŠPJ a s jejím užitím k výuce nebo k vlastní vnitřní potřebě VŠPJ.

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje AZ, zejména § 60 (školní dílo).

Beru na vědomí, že VŠPJ má právo na uzavření licenční smlouvy o užití mé bakalářské práce a prohlašuji, že **s o u h l a s í m** s případným užitím mé bakalářské práce (prodej, zapůjčení apod.).

Jsem si vědoma toho, že užít své bakalářské práce či poskytnout licenci k jejímu využití mohu jen se souhlasem VŠPJ, která má právo ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, vynaložených vysokou školou na vytvoření díla (až do jejich skutečné výše), z výdělku dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence.

V Jihlavě dne

.....

Podpis

Ráda bych poděkovala vedoucí mé práce Mgr. Evě Hornákové za veškeré odborné rady a připomínky. Velký dík patří také mé rodině a přátelům za jejich podporu.

VYSOKÁ ŠKOLA POLYTECHNICKÁ JIHLAVA

Katedra cestovního ruchu

Současné možnosti cestování seniorů

Bakalářská práce

Autor: Lenka Kalašová

Vedoucí práce: Mgr. Eva Horňáková

Jihlava 2012

Abstrakt

KALAŠOVÁ, Lenka: Současné možnosti cestování seniorů. Vysoká škola polytechnická Jihlava. Katedra cestovního ruchu. Vedoucí práce: Mgr. Eva Horňáková. Stupeň odborné kvalifikace: bakalář. Jihlava 2012. 57 stran.

Tato bakalářská práce se zaměřuje na problematiku seniorů v souvislosti s cestovním ruchem. Teoretická část se zabývá vysvětlením základních pojmů jako je stáří, gerontologie a dalších souvisejících. Dále jsou zmíněny současné trendy v cestovním ruchu s důrazem na význam rostoucího počtu aktivních seniorů. Praktická část je rozdělena do dvou oddílů. První oddíl se týká průzkumu zájmu seniorů o cestovní ruch v regionu Benešovska. Ve druhém oddílu je analyzována nabídka zájezdů pro seniory cestovních kanceláří a agentur v regionu Benešovska.

Klíčová slova: Senior, stárnutí, trend, cestování, Benešovsko.

Abstract

KALAŠOVÁ, Lenka: Current traveling possibilities for seniors. College of Polytechnics Jihlava. Department of tourism. Leader of work: Mgr. Eva Horňáková. Degree of qualification: bachelor. Jihlava 2012. 57 pages.

The bachelor thesis is focused on the issues of seniors in connection with tourism. The theoretical part deals with explanation of basic concepts such as old age, gerontology and other related matters. Then are mentioned current trends in tourism with emphasis on the importance of growing number of active seniors as well. The practical part is divided into two sections. The first section describes the survey regarding seniors interest in tourism in the Benešov region. In the second section is analyzed the travel opportunities for seniors offered by travel agencies in Benešov region.

Key words: Senior, aging, trend, travelling, Benešov region.

Předmluva

Jak jsem se několikrát přesvědčila, tak pojem „senior“ i v dnešní době podle velkého počtu lidí označuje pouze důchodce. Má to být někdo, kdo má již život téměř za sebou a ve stáří se od něj očekává snad jen to, že bude hlídat vnoučata, starat se o zahrádku a v případě babiček péci ty nejlepší buchty. Určitě tomu tak v dobách minulých bylo. V současnosti však mnozí senioři tuto definici rozhodně nesplňují. I když jim je přes šedesát, či se dokonce blíží sedmdesátka či osmdesátka, touží stále žít aktivním životem. Vzdělávají se, starají se o své tělo, zdraví a psychickou pohodu a v neposlední řadě také cestují. Právě cestování seniorů se věnuje tato bakalářská práce. Čtenář se seznámí s některými pojmy, které se stárnutím souvisejí, dozví se, co vlastně znamená seniorský cestovní ruch, či na co si při svých cestách musí senioři dávat pozor. Druhá část práce je věnována problematice seniorského cestovního ruchu v regionu Benešovska.

Obsah

Úvod a cíl práce	10
1 Teoretická část	12
1.1 Stárnutí.....	12
1.2 Změny v organismu stárnoucího člověka	12
1.2.1 Fyzické změny	12
1.2.2 Smyslové změny	13
1.2.3 Psychické změny.....	13
1.3 Gerontologie a geriatric	14
1.4 Kdy začíná stáří?.....	15
1.5 Různé pohledy na věk.....	16
1.5.1 Chronologický věk (skutečný, matriční, kalendářní).....	16
1.5.2 Funkční věk (biologický).....	16
1.6 Proces stárnutí.....	17
1.7 Alzheimerova choroba	18
1.7.1 Příčiny Alzheimerovy choroby	18
1.7.2 Projevy Alzheimerovy choroby	19
1.7.3 Prevence Alzheimerovy choroby.....	20
1.8 Seniorský cestovní ruch	21
1.8.1 Senioři jako důležitý segment cestovního ruchu	21
1.8.2 Hlavní rysy cestování seniorů.....	22
1.8.3 Specifické rysy cestování seniorů.....	22
1.8.4 Možná rizika při cestování seniorů.....	22
1.8.5 Zásady pro cestování seniorů.....	23
1.9 Důchodové statistiky v České republice	25
2 Praktická část	26
2.1 Vyhodnocení dotazníků	27
2.2 Průzkum nabídky zájezdů pro seniory na Benešovsku	40
2.2.1 Cestovní kancelář PET-TOUR, s.r.o.	41
2.2.2 Cestovní agentura Yveta.....	44
2.2.3 Cestovní agentura Klára.....	46
2.2.4 Celkové zhodnocení průzkumu týkajícího se nabídky produktů pro seniory vybraných cestovních kanceláří a agentur na Benešovsku	48
Závěr a zhodnocení výsledků práce	50
Seznam obrázků a grafů.....	52
Seznam použité literatury	53
Příloha č. 1 – Dotazník týkající se cestování seniorů v regionu Benešovska	56

Úvod a cíl práce

Téma této bakalářské práce zní "Současné možnosti cestování seniorů", s podtitulem "Problematika cestování seniorů z pohledu aktuální situace ve společnosti - analýza situace ve vybraném regionu." Jedná se o aktuální a z mého pohledu zajímavé téma.

Koho vlastně můžeme označit jako seniora? Vymezení tohoto pojmu není jednoznačné. Co ale můžeme říci s jistotou, je to, že senioři tvoří velmi atraktivní skupinu cestovního ruchu. Již dávno to nejsou jen babičky a dědečkové, kteří se věnují pouze hlídání vnoučat a práci na zahrádce. Dnešní senioři jsou často lidé vzdělaní, zkušení, zajímají se o současné dění a v neposlední řadě mají i relativní dostatek času a peněz, aby mohli cestovat. Díky péči o své zdraví, tělo a mysl jsou v dobré kondici a mohou se věnovat aktivnímu cestování až do pozdního věku. Při svých cestách upřednostňují komfort, individuální a vstřícný přístup z řad personálu, lázeňské pobyty či relaxační aktivity, ale mnoho z nich vyhledává naopak různé poznávací zájezdy a tráví svou dovolenou opravdu v aktivním stylu. Je však nutné znát svůj zdravotní stav a brát na něj ohled. Bohužel se občas stává, že senior odjede na svou vysněnou dalekou cestu, a už se z ní nevrátí.

Typické pro seniory je to, že velmi často cestují mimo sezónu. To je výhodné zejména pro poskytovatele služeb cestovního ruchu, protože jim tento aspekt pomáhá bojovat s nízkým využíváním jejich služeb a nízkou mírou obsazenosti mimo období hlavní letní sezóny.

V současné době seniorů stále více přibývá a je jasné, že v dalších letech tomu nebude jinak. Podle některých prognóz bude v Evropě kolem roku 2050 zhruba 30 % lidí starších 65 let. V současné době je jich o polovinu méně... Tudíž je zřejmé, že by nebylo moudré tuto stále se rozrůstající skupinu přehlížet.

V teoretické části své bakalářské práce se budu zabývat vysvětlením pojmů, které s cestováním seniorů a seniory obecně souvisejí. Čtenář se tak dozví, co vlastně pojem "senior" nebo "stáří" znamená, jak seniory rozdělujeme, jaké změny probíhají v organismu stárnoucího člověka či jaká nemoc patří k nejčastějším ve stáří. Co se týká seniorského cestovního ruchu, je nezbytné uvést, jaké požadavky senioři při svých cestách mají, co patří k hlavním rizikům cestování v pozdějším věku a kam vlastně seniorský cestovní ruch zařazujeme. Ráda bych se zaměřila také na to, jak populace v

České republice skupinu seniorů vnímá. S cestováním souvisí i finanční stránka věci. Zmíním se proto o situaci ohledně důchodů, která panuje v České republice.

Cílem praktické části této bakalářské práce bude analýza situace cestování seniorů ve vybraném regionu, čímž je Benešovsko. Tento region jsem si zvolila proto, že v něm žiji. Analýza bude probíhat pomocí dotazníků, prostřednictvím kterých zjistím, zda senioři na Benešovsku cestují, kam a s kým nejčastěji cestují, jestli při svých cestách upřednostňují spolupráci s cestovními kancelářemi a agenturami, či cestují individuálně. Ráda bych také zjistila, jaké mají zkušenosti s regionálními cestovními kancelářemi a agenturami. Hodnocení výzkumu bude jak písemné, tak i grafické. Dále prozkoumám nabídku vybraných regionálních cestovních kanceláří a agentur a zjistím, jaké produkty a slevy pro seniory nabízejí.

1 Teoretická část

1.1 Stárnutí

“Stárnutí je proces, který se projevuje involučními změnami v organismu člověka. Involuční změny jsou charakteristické úbytkem nebo snížením některých fyziologických funkcí a schopností. Stárí je konečná časová etapa života.” [Juřeníková, 1999, s. 205]

Podle Jedličky [1991, s. 7] „stárnutí je souborem celé řady pochodů, jejichž začátky se datují mnohem dříve, než postřehneme první zjevné známky stárnutí. Řadu pochodů a změn způsobujících či provázejících stárnutí již známe, ale mnoho dalších nikoli. Víme, že s nastupujícím věkem se snižuje výměna látková, spotřeba kyslíku, zpomaluje se syntéza bílkovin. (...) Pro organismus starého člověka je charakteristický úbytek tkání a struktur.“

Jedlička [1991, s. 7 - 16] rovněž popisuje změny, které postupem času probíhají v organismu stárnoucího či starého člověka.

1.2 Změny v organismu stárnoucího člověka

1.2.1 Fyzické změny

Většinou se jedná o nezvratné změny. Starý člověk není schopen podávat takové výkony jako v mládí a rovněž se snáze unaví. Pokud onemocní, rekonvalescence u něho trvá podstatně déle než u mladých lidí. Také odolnost vůči infekcím je snížena. Pokožka celého těla se kvůli úbytku vody a podkožního tuku stává suchou a vráscitou, ztrácí elasticitu. Velice typické je zejména u mužů šedivění a vypadávání vlasů. Toto je však podmíněno dědičností, není neobvyklé, že se s bílými vlasy setkáme i u mladých lidí. Dalším projevem stárnutí je ochabování svalstva, jemuž lze částečně zabránit pravidelným cvičením. Je však nutné se pohybu věnovat s větší mírou opatrnosti, jelikož v průběhu stárnutí se kosti stávají křehčími a člověk si může snadno přivodit úraz. U žen dochází zhruba mezi 45. až 55. rokem k menopauze. Menopauza je přirozený jev v životě ženy a vyznačuje se zejména zastavením menstruačního cyklu. Žena poté již není schopna přirozeně otěhotnět. U mužů nastává výrazné snížení reprodukčních schopností.

1.2.2 Smyslové změny

Obecně lze říci, že ve stáří dochází k otupení všech smyslů. Velmi časté jsou poruchy sluchu. Snižuje se schopnost vidět ostře či rozeznávat odstíny barev. Onemocněním, kterým senioři velmi často trpí, je šedý zákal. [9] uvádí, že i přes pokroky v medicíně a novým způsobům léčení může podle Světové zdravotnické organizace šedý zákal za 48 % případů slepoty v dospělosti. Zjednodušeně lze šedý zákal (nebo také kataraktu) charakterizovat tak, že se jedná o onemocnění, při kterém se zakalí čočka a člověk vidí zamlženě.

Rovněž další smysly - chuť a hmat, jsou ve stáří oslabeny. Dochází k úbytku čichových pohárků až o třetinu a senioři velice často naprosto změni své chutě. Jídla, která dříve měli rádi, odmítají, a naopak vyhledávají neobvyklé chuťové variace (například míchají slané se sladkým). Oslabení hmatu se projevuje zejména snížením citlivosti na rukou a nahou. Zvyšuje se také práh bolesti.

1.2.3 Psychické změny

Se stárnutím souvisejí i změny v chování a psychice. Některé změny jsou pro stárnoucího člověka pozitivní, některé negativní. K pozitivním změnám patří to, že člověk s přibývajícím věkem obvykle získává více trpělivosti a vytrvalosti, a to i při činnostech, které dříve vykonával jen z donucení. Časté bývá i zvýšení míry tolerance vůči okolí a názorům ostatních.

Oproti tomu u stárnoucího člověka nastávají i změny k horšímu. Mnoho seniorů ztrácí sebedůvěru a jsou přesvědčeni o tom, že patří už „do starého železa“ a nemohou držet krok s mladší generací. Výjimečné nejsou ani psychické poruchy, depresivní nálady a zvýšená plačtivost, často bez zjevných důvodů. Staří lidé se často chovají přehnaně starostlivě vůči svým příbuzným, kteří to mohou vnímat až jako omezování a neoprávněný zásah do soukromí. Senioři také bývají v neznámém prostředí nejistí až úzkostní, někdy může nastat i ztráta orientace v čase a prostoru. Běžné je také zvýraznění základních rysů povahy - pokud byl člověk dříve hodně introvertní povahy, ve stáří se může tato povaha změnit až v asociální. Platí to i naopak – dříve normálně přátelský člověk se může ve stáří stát až nezdravě boдрým a vlezlým. Velmi časté jsou zejména v pozdějším věku poruchy paměti, někdy i ztráta krátkodobé paměti.

1.3 Gerontologie a geriatrie

Podle [1] je gerontologie „*obecný pojem pro nauku o stárnutí a stáří. Zkoumá je z pohledu biologického, sociálního a z mnoha dalších aspektů.*

Geriatric (klinická gerontologie) je medicínou stáří, lékařským oborem, který se zabývá diagnostikou a managementem onemocnění ve stáří, ale také širšími souvislostmi z pohledu veřejného zdravotnictví. (...) Cílem geriatrie je optimalizace zdravotního a funkčního stavu seniorů, zvláště (...) odvrácení ztráty soběstačnosti a vytváření podmínek pro zachování účinnosti a účelnosti kauzálních léčebných metod do nejvyššího věku. (...) Předmětem zájmu geriatrie je stárnoucí a starý člověk ve zdraví a především v nemoci. Geriatric úzce spolupracuje i s ostatními lékařskými obory (především s neurologií, psychiatrií, rehabilitací a praktickým lékařstvím) a integruje jejich poznatky o starém a nemocném člověku. (...) Starý člověk (starší 75 let) se nazývá geront.“

Jak uvádí Pacovský [1994, s. 11], tak existují další dva typy gerontologie. *Teoretická gerontologie* se zabývá vědeckými poznatky. Při zkoumání může vycházet i z jiných oborů.

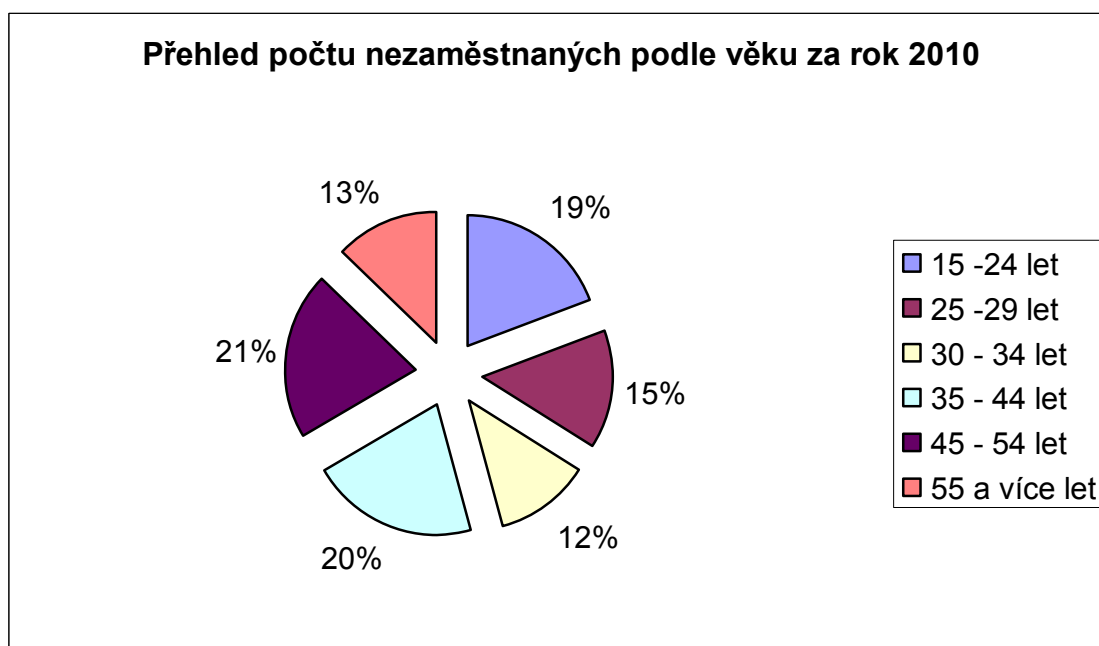
Sociální (populační) gerontologie se zaměřuje na vztahy mezi geronty a společností. Lze říci, že sociální gerontologie se zabývá obecně problematikou populace seniorů.

1.4 Kdy začíná stáří?

Podle [2] se více než polovina (53 %) Čechů se domnívá, že stáří začíná v šedesáti letech. 21 % Čechů si myslí, že stáří přichází s dovršením sedmdesátky. Zajímavé je, že téměř 8 % lidí v České republice je toho názoru, že člověk je starý už ve čtyřiceti letech. Přitom například pro Švýcary patří člověk mezi seniory až po dovršení věku 84 let, pro Novozélandany či Kanadany je člověk starý kolem osmdesátky.

Jak uvedla sama výkonná ředitelka Britské obchodní komory Petra Janíčková, české pojetí stáří je naprosto neobvyklé. Češi mají například strach ze stáří už dvacet let před odchodem do penze. Jejich obavy však nejsou zcela neopodstatněné. Pro některé zaměstnavatele jsou již lidé kolem čtyřicítky staří a nepotřební. Situace na trhu práce také není vůči lidem, kteří se blíží do seniorského věku, příliš příznivá. Lidé se tak zcela pochopitelně ještě daleko před skutečným stářím obávají ztráty zaměstnání či snížení platu. Je to paradox, protože doba, kdy se skutečně začíná snižovat pracovní výkonnost, zhoršuje se paměť a vyjadřovací schopnosti, nastává až po sedmdesátce. Avšak tato skutečnost je individuální. Existují lidé, kteří jsou práce schopní až do 75 let a až poté odcházejí do penze.

Graf č. 1: Přehled počtu nezaměstnaných podle věku za rok 2010



zdroj: vlastní zpracování podle údajů Českého statistického úřadu

1.5 Různé pohledy na věk

Světová zdravotnická organizace (WHO) stanovila tyto věkové intervaly:

45 – 59 let = střední věk

60 – 74 let = vyšší, starší věk, rané stáří, presénium

75 – 89 let = vysoký, stařecký, pokročilý věk, sénium, vlastní stáří

90 a více let = dlouhověkost

Organizace spojených národů (OSN) považuje za stáří věk od 65 let.

Podle Juřeníkové [1999, s. 205] „u člověka lze rozdělit věk dle fyziologického stavu organismu na:

1.5.1 Chronologický věk (skutečný, matriční, kalendářní)

Tento věk se počítá od data narození a nemusí souhlasit s věkem biologickým.

1.5.2 Funkční věk (biologický)

Tento věk nemusí být v souladu s věkem chronologickým. Je to věk, který odpovídá skutečnému stavu organismu po stránce biologické, psychické a sociální. Při posuzování člověka bychom měli spíše brát zřetel na věk funkční než na věk chronologický.“

Pacovský [1994, s. 13] se touto problematikou také zabývá. Uvádí, že funkční věk (věk skutečný) velmi často není totožný s věkem kalendářním. Je dán souhrnem charakteristik biologických, psychologických a sociálních.

Biologický věk je důsledkem geneticky řízeného programu biologického stárnutí, celoživotním působením zevního prostředí a způsobem života.

Psychologický věk je podmíněn mnoha faktory, především přirozenými funkčními změnami v průběhu stárnutí, individuálními osobnostními rysy, reakcí jedince na stáří. Pro lékařskou praxi je důležitý také tzv. věk subjektivní – jak se starý člověk sám cítí; nemusí být v souladu s objektivními skutečnostmi a s reálnými možnostmi geronta.

Sociální věk zahrnuje rozmanité stránky sociálního života člověka. Gerontologové velmi neradi vidí, že stáří se často nesprávně ztotožňuje se zákonným nárokem na

starobní důchod, respektive s odchodem do starobního důchodu (důchodový věk).

Důchodci mají ještě podstatnou část života před sebou („třetí věk“).“

1.6 Proces stárnutí

„Proč stárneme a umíráme? Problém je zdánlivě naprosto banální. Pokud bychom nestárli a neumírali, nemohlo by dojít vůbec k žádné evoluci.“ [10]

Podle Jedličky [1991, s. 6] sahají počátky gerontologie až do starověku. Již staří Řekové se zabývali procesem stárnutí a stáří. Někteří (Aristoteles) pokládali stáří za nevyléčitelnou chorobu, jiní (Galén) tvrdili, že stárnutí je procesem přirozeným. V průběhu dalších staletí se mnoho učenců snažilo zjistit, proč vlastně stárneme a zda lze ovlivnit délku života, případně zda je možné zachovat si věčné mládí.

Jedlička [1991, s. 6] uvádí, že *„od pochybných, víceméně šarlatánských pokusů středověku je třeba odlišit seriózní nálezy I. B. Fischera, Ch. W. Hufenlanda, S. P. Botkina, I. I. Mečnikova, Ch. Brown-Sequarda, M. Bürgera a celé řady dalších, kteří svými poznatky přispěli k osvětlení změn, které jsou příčinou či průvodním jevem stárnutí a stáří. O tom, co rozhoduje o změnách, které nastupují okamžitě po narození, pokračují vývojem a zráním individua a končí nálezy, které všeobecně označujeme jako projevy stárnutí, existuje celá řada teorií.*

Teorie genetická vychází z poznatků ověřených statistickými údaji, že dožívají-li se rodiče vysokého věku, je pravděpodobné, že se dožijí vysokého věku i děti. K tomu přispívají nálezy o prakticky stejné délce života jednovaječných dvojčat. Tato teorie předpokládá, že primárním základem určení věku je molekulární genetický materiál. Z tohoto pohledu se stárnutí jeví jako naprogramovaný děj, který kromě zakódované délky života jednotlivce vykazuje i druhovou specifičnost.

Teorie autoimunní prezentovaná poprvé Walfordem tvrdí, že k zániku buňky a tím k projevům stárnutí dochází na podkladě autoimunních procesů – tvorbě protilátek proti vlastním bílkovinám.“

Z dalších teorií je Jedličkou [1991, s. 6] zmíněna **teorie volných radikálů, teorie mutační, teorie omylů a teorie příčných vazeb.**

1.7 Alzheimerova choroba

Se stárnutím bohužel souvisí i velice závažné onemocnění mozku, které se nazývá Alzheimerova choroba. Jedná se o chronicko-progresivní onemocnění nervové soustavy a je nejčastější příčinou demence ve středním a vyšším věku. V České republice Alzheimerovou chorobou trpí zhruba 100 000 lidí a dá se předpokládat, že s nárůstem počtu seniorů toto číslo v průběhu let vzroste. Touto chorobou častěji onemocní ženy než muži, což je dáno hormonem a také tím, že ženy se průměrně dožívají vyššího věku. Nemoc začíná pomalu a nenápadně a v současné době je nevyléčitelná. Přesto se dají její projevy pomocí léků zmírnit, avšak podmínkou je to, aby nemoc byla diagnostikována včas.

1.7.1 Příčiny Alzheimerovy choroby

podle [3] „nejvýznamnějším rizikovým faktorem je určitě vysoký věk. S věkem riziko onemocnění strmě stoupá. Z neznámého důvodu se začínou mozkové buňky poškozovat po 65. roce u každého dvacátého a po 80. roce dokonce u každého pátého člověka. I když může postihnout i mladší jedince, ale nebývá to příliš časté. Jednu z významných rolí hraje úbytek acetylcholinu. Acetylcholin je látka potřebná pro vedení nervových vzruchů. Buňky ztrácí schopnost výměny informací, a to pak vede k velkému narušení mozkových funkcí až k tzv. demenci. (...)

Určitou roli sehrává také dědičnost. Pravděpodobnost vzniku nemoci zvyšuje výskyt onemocnění u blízkých příbuzných především před 65. narozeninami (u rodičů, prarodičů či sourozenců).

Proti nemoci je odolnější trénovaný mozek, proto Alzheimerova choroba postihuje častěji osoby s nižším vzděláním. Úbytek paměťových a myšlenkových schopností je přímo úměrný délce vzdělání. Vědci však prokázali, že když nemoc postihne inteligentního člověka, probíhá rychleji a zákeřněji.

Také otřesy a rány do hlavy mohou přispívat ke vzniku onemocnění. U boxerů se Alzheimerova choroba objevuje i ve středních letech.“

1.7.2 Projevy Alzheimerovy choroby

Podle [4] lze rozdělit průběh Alzheimerovy choroby do několika stádií:

„Počáteční stádium (první 1 - 4 roky od začátku nemoci):

- *Porucha schopnosti učení novým informacím,*
- *relativně dobré vybavování dávno získaných informací (z mládí),*
- *potíže s pozorováním, vštěpováním a vybavováním recentních událostí a běžných informací,*
- *hledá nedávno odložené předměty,*
- *selektivní obtíž s vybavováním jmen osob cizích lidí, později i rodiny,*
- *potíže s užíváním méně často používaných slov,*
- *pokles paměti a další poruchy jsou na překážku denním činnostem, ale potíže neomezují soběstačnost pacienta.*

Střední stádium (2 - 10 let od začátku nemoci):

- *Závažné poruchy paměti, pacient si vybavuje jen hluboce vštípené, dobře známé informace,*
- *nové informace lze vštípit jen výjimečně a na velmi krátkou dobu,*
- *je dezorientovaný, ztrácí se ve známém prostředí,*
- *nevypavuje si už ani jména dobře známých osob a rodiny,*
- *soběstačnost je vážně narušena,*
- *řeč je obsahově chudá, věty ztrácejí svůj smysl,*
- *ztrácí schopnost abstraktního myšlení, ztrácí úsudek, není schopen řešit ani banální úkoly,*
- *strach z neznáma.*

Pozdní, těžké stádium (7 - 14 let od začátku nemoci):

- *Téměř úplná ztráta paměti,*
- *neschopnost vštípení nové informace,*
- *nepoznává blízké osoby,*
- *nesoběstačný,*
- *plně dezorientovaný, často trpí bludy a halucinacemi. “*

1.7.3 Prevence Alzheimerovy choroby

Podle [3] propuknutí nemoci člověk nemůže úplně zabránit, ale pokud bude pečovat o své tělo a mysl, bude pak schopen nemoci déle odolávat. Je důležité věnovat zvýšenou péči jídelníčku – jíst pravidelně ovoce a zeleninu, mít dostatek vlákniny, vyhýbat se živočišným tukům a cukrům. Z masa je vhodné libové rybí a kuřecí. Výborné je udržovat si kondici pravidelným pohybem (ale s ohledem na své zdraví), chodit na procházky, věnovat se různým ozdravným procedurám. Vhodnou prevencí je návštěva lázní a v současné době stále více oblíbeným wellness zařízením.

Jak již bylo uvedeno, proti nemoci je odolnější trénovaný mozek. Proto by se senioři měli i ve svém věku stále vzdělávat a udržovat svůj mozek i myšlení aktivní a v dobrém stavu. [12] informuje o tom, že mozku velmi prospívá učení se novým věcem. Pokud to zdraví a finanční situace dovolí, není nutné se ani v pozdějším věku vzdávat svých koníčků. Vhodné je luštění křížovek, hraní her náročných na pozornost, čtení nových knih, návštěvy různých vzdělávacích kurzů a v neposlední řadě také cestování. Z cestování je vhodná zejména pěší turistika.

MUDr. J. Wesson Ashford, Ph.D. z Klinického centra pro výzkum stárnutí v Kalifornii uvádí 10 doporučení k prevenci demence a Alzheimerovy choroby.

„Maximalizujte své vzdělávání a duševní cvičení.

Rozšiřte své fyzické cvičení.

Rozšiřujte své sociální sítě a duchovní vztahy.

Trvale sledujte a zlepšujte svou stravu.

Svůj BMI (index tělesné hmotnosti - váha v kg dělená výškou v metrech na druhou)

udržujte v rozmezí 19 - 25. Cestou je pochopitelně omezení příjmu potravy a cvičení.

Svůj mozek chraňte i fyzicky.

Chod'te pravidelně k lékaři a buď'te si vědomi stavu svého těla a zdravotních rizik.

Pečujte o svůj kardiovaskulární systém.

Pečujte o své mentální zdraví.

Pečujte o své kognitivní funkce. “ [11]

Mezi kognitivní funkce patří paměť, prostorová orientace, pozornost a koncentrace, rychlost zpracování informací a vyjadřovací schopnosti. Kognitivní funkce jsou pro správné fungování člověka naprosto nezbytné.

1.8 Seniorský cestovní ruch

„Cestovní ruch je činnost osoby cestující na přechodnou dobu do místa mimo její běžné životní prostředí, a to na dobu kratší, než je stanoveno, přičemž hlavní účel její cesty je jiný než vykonávání výdělečné činnosti v navštíveném místě (výdělečná činnost není v navštíveném místě založena na trvalém či přechodném pracovním poměru.“
Palatková [2011, s. 11]

Cestovní ruch se dělí podle několika kritérií. Konkrétně seniorský cestovní ruch řadíme do kategorie sociálního cestovního ruchu. Jak uvádí [13], podstatou sociálního cestovního ruchu je rozdělení obyvatel do tzv. cílových skupin. Mohou jimi být například rodiny s dětmi, mládež, handicapované osoby nebo právě senioři. Pojem senior však nemá jednoznačnou definici. Někdo vnímá jako seniora již padesátiletého člověka, pro někoho je jím až sedmdesátník. České a evropské statistiky považují za seniory osoby starší 65 let, přičemž se opírají o klasifikaci Organizace spojených národů (OSN).

1.8.1 Senioři jako důležitý segment cestovního ruchu

„V současné době se evropští senioři podílí na celkovém počtu delších dovolených (tj. 4 a více přenocování) přibližně 15 %. Většina těchto dovolených je realizována v rámci domovské země. Za povšimnutí jistě stojí, že zatímco mladší věkové skupiny realizují největší objem dovolených, starší věkové skupiny uskuteční o něco více dovolených v přepočtu na jednoho turistu ročně. V průměru tak evropský senior uskuteční ročně 2,1 dovolené, mladší turista pak 2 dovolené.

Dalším důležitým rysem starších turistů je fakt, že během svých dovolených uskutečňují ze všech věkových skupin největší počet přenocování. V roce 2006 byl v EU průměrný roční počet přenocování na jednoho turistu 20,5, turisté v nejstarší věkové kategorii však uskutečnili v průměru 24,3 přenocování. Vůbec nejdelší dobu na svých dovolených strávili senioři z Řecka, a to neuvěřitelných 42,4 přenocování. Nejkratší doba, tedy 14,9 přenocování, pak připadá na české seniory. Z tohoto vyplývá i další prvenství nejstarších turistů, a to v průměrném počtu přenocování na jednu dovolenou. Zatímco průměr EU je 10,1 přenocování, ve skupině seniorů je to 11,7 přenocování.“ [13]

1.8.2 Hlavní rysy cestování seniorů

Životní úroveň seniorů se v posledních letech podstatně změnila. Dříve si senioři vybírali zájezdy hlavně podle ceny, dnes jim jde hlavně o kvalitu, za kterou si neváhají připlatit. Mnoho současných seniorů vyhledává aktivní a zajímavou dovolenou – při svých cestách se rozhodně nespokojí jen s celodenním pobytem na pláži. Senioři rozhodně ocení individuální a vstřícný přístup z řad hotelového a dalšího personálu.

1.8.3 Specifické rysy cestování seniorů

- „rádi si připlatí za kvalitnější službu,
- cestují i mimo hlavní sezóny,
- často nakupují dopředu, takže jsou ideálními klienty pro nabídky typu „first minute“,
- očekávají důkladnou organizaci cesty bez stresujících situací,
- často cestují s vnoučaty nebo s jiným doprovodem,
- jen výjimečně objednávají zboží a služby po internetu,
- jsou rizikovější z hlediska možných zdravotních potíží a úrazů.“ [13]

1.8.4 Možná rizika při cestování seniorů

„Bohužel rok od roku se čím dál více ukazuje, že senioři vyjíždějí na letní dovolené bez dostatečných informací a neuvědomují si závažná rizika, která změna klimatu a cestování zejména v parném létě přináší. „Senioři by si měli uvědomit, že letní parna nejsou pro ně vhodná a v určitém okamžiku si připustit, že už nemohou dělat to, co třeba ještě donedávna bez problémů dělali. A také by měli myslet na to, že mnohé, byť hojně navštěvované destinace, jako jsou třeba řecké ostrovy, nedisponují tak kvalitními zdravotnickými zařízeními, která by případné komplikace jejich stávajících neduhů nebo akutní onemocnění mohla efektivně léčit,“ doplňuje Petra Tůmová z České pojišťovny.

Přestože se může staršímu turistovi zdát jeho zdravotní stav velice dobrý, ba skvělý, žádný člověk a mnohdy ani jeho ošetřující lékař, který nemá zkušenosti s cestovní medicínou, neumí předvídat účinky, které dlouhá cesta, zejména na tzv. exotické dovolené za oceán nebo náročné poznávací zájezdy na starší organismus může mít. Bylo

by určitě účelné, aby se senioři sami nebo v součinnosti se svými rodinnými příslušníky ještě před plánovanou cestou obrátili na některou z poraden pro cesty do zahraničí, které jsou obvykle v každém krajském městě a nechali se vyšetřit lékařem – specialistou se zkušenostmi z cestovní medicíny.“ [18]

Seniorům hrozí zejména srdeční selhání, mozkové příhody či náhlé kolapsy způsobené změnou klimatu.

1.8.5 Zásady pro cestování seniorů

„Seniory ohrožují na cestách stejná rizika jako ostatní cestovatele do zahraničí. Navíc ale musí počítat s riziky, která souvisejí s jejich aktuálním zdravotním stavem a zdravotními obtížemi. Než se rozhodnete využít některou z nabídek cestovních kancelář, poraďte se nejprve s vaším lékařem, zda je pro vás cesta a pobyt v konkrétní destinaci vhodný a na co si musíte dát pozor.

Není od věci mít u sebe společně s doklady údaje o svém zdravotním stavu – tzn. nemoci, na které se léčíte a užívané léky. Vhodný je také údaj o vaší krevní skupině. Nezapomeňte si s sebou vzít léky, které užíváte. Pakliže budete cestovat letadlem, je vhodné mít léky s sebou v příručním zavazadle – vzhledem k možné ztrátě zavazadel nebo časovému zpoždění.

Samozřejmostí je si před cestou ověřit, zda starší člověk cestu i pobyt fyzicky zvládne. Pokud má senior problémy s dlouhou chůzí, určitě není vhodné se přihlásit na poznávací zájezd, v jehož programu bude každodenní několikahodinová chůze.

S cestováním je spojená také únava a vyčerpání při dlouhé jízdě autobusem, vlakem nebo letadlem. Abychom předešli ztuhlým zádkům a nateklým nohám, je vhodné alespoň malé cvičení, jež nám stísněný prostor dopravního prostředku dovolí.

Starší cestovatelé by neměli zapomínat na preventivní očkování. Bohužel ne všechna očkování jsou pro ně vhodná. Zatímco očkování proti chřipce nebo pneumokokovi je starším lidem velmi doporučováno, jiná očkování se neprovádějí kvůli častým negativním reakcím na vakcínu.

Mezi taková očkování patří například vakcína proti žluté zimnici pro osoby starší 60 až 65 let. Pak je nutné, aby každý cestovatel sám posoudil možná rizika nákazy v místě pobytu a rozhodl se, zda tuto cestu podniknout.

Cestování zaměřené na seniory je dnes již samostatným segmentem cestovního ruchu a mnohé cestovní kanceláře se na něj buďto přímo zaměřují, nebo nabízejí speciální programy pro seniory. Výhodou je kromě ceny také speciální program či podmínky (například zajištění bezbariérovosti). [17]

1.9 Důchodové statistiky v České republice

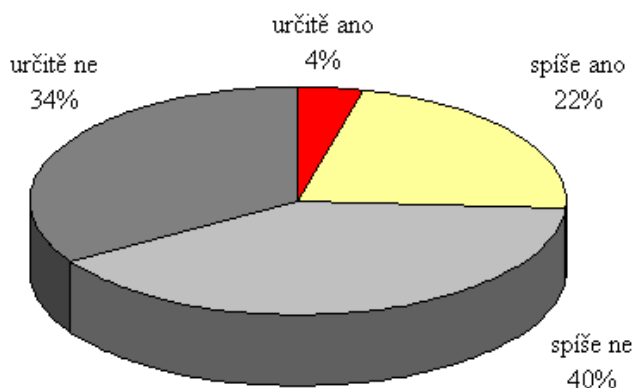
Agentura Mediafax uveřejnila zprávu týkající se důchodových statistik v České republice za rok 2010. Uvádí, že Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) vydala celkem 2 260 032 starobních důchodů, z čehož 60 000 zaslala českým důchodcům žijícím v zahraničí. Vdovských, vdoveckých a sirotčích důchodů vyplatila ČSSZ 720 406.

Průměrná výše starobního důchodu činila 10 123 Kč. Muži pobírali průměrně 11 240 Kč, ženy 9 189 Kč. Průměrný věk starobního důchodce byl 68 let. Nejvyšší důchod (10 817) měli důchodci v Praze, nejnižší (9 829 Kč) v Olomouckém kraji. [14]

V roce 2011 na důchodech stát vyplatil 359 miliard korun, což je o 21 miliard více než v roce 2010. Počet důchodců stoupl o 54 000 na celkový počet 2 870 000 osob. Ve většině případů šlo o důchod starobní. [15]

“Důchody hodnotí jako přiměřené pro staré lidi jen asi čtvrtina občanů, mezi samotnými důchodci je to pouze 13 %. Podobně čtvrtina populace se domnívá, že současný systém důchodového zabezpečení umožňuje strávit důstojné stáří (z důchodců 16 %). O něco více než třetina občanů má za to, že důchody alespoň stačí na pokrytí základních životních potřeb důchodců (mezi důchodci 25 %).“ [16]

Graf č. 2: Názory obyvatel České republiky na přiměřenost výše důchodů



použitý zdroj: šetření agentury STEM [16]

2 Praktická část

Praktická část této bakalářské práce je rozdělena do dvou oddílů. První oddíl se týká vyhodnocení dotazníků, prostřednictvím kterých byl zjišťován zájem seniorů o cestování v regionu Benešovska. Pro výzkum byl připraven dotazník s deseti otázkami. Vytisknuto bylo celkem sto kopií. Dotazování probíhalo buď přímým oslovením seniorů v regionu Benešovska - v obcích Šternov, Měchnov, Drahňovice, Český Šternberk, Divišov, Třemošnice, Dalovy, Poříčí nad Sázavou a ve městech Benešov u Prahy a Vlašim. Část dotazníků byla rozdána mým známým pro jejich prarodiče a část zanechána v nedaleké knihovně, kam se senioři podle paní knihovnice velice rádi chodí vzdělávat. Lhůta pro vyplnění dotazníků byla tři týdny. Vyplněných dotazníků ve finále bylo osmdesát.

Druhá část se týká nabídky zájezdů pro seniory v daném regionu. Nabídka byla zkoumána prostřednictvím tištěných nebo online katalogů regionálních cestovních kanceláří a agentur a také s využitím jejich internetových stránek. K bližší charakteristice byly vybrány tři cestovní kanceláře nebo agentury, jejichž služeb podle výsledků dotazování využívají senioři nejčastěji. Jedná se o společnosti Cestovní kancelář PET-TOUR, s.r.o., Cestovní agentura Yveta a Cestovní agentura Klára. Posuzována byla celková nabídka jejich zájezdů, dále to, zda nabízejí produkty vhodné vyloženě pro seniory a zda poskytují seniorům speciální akce a slevy.

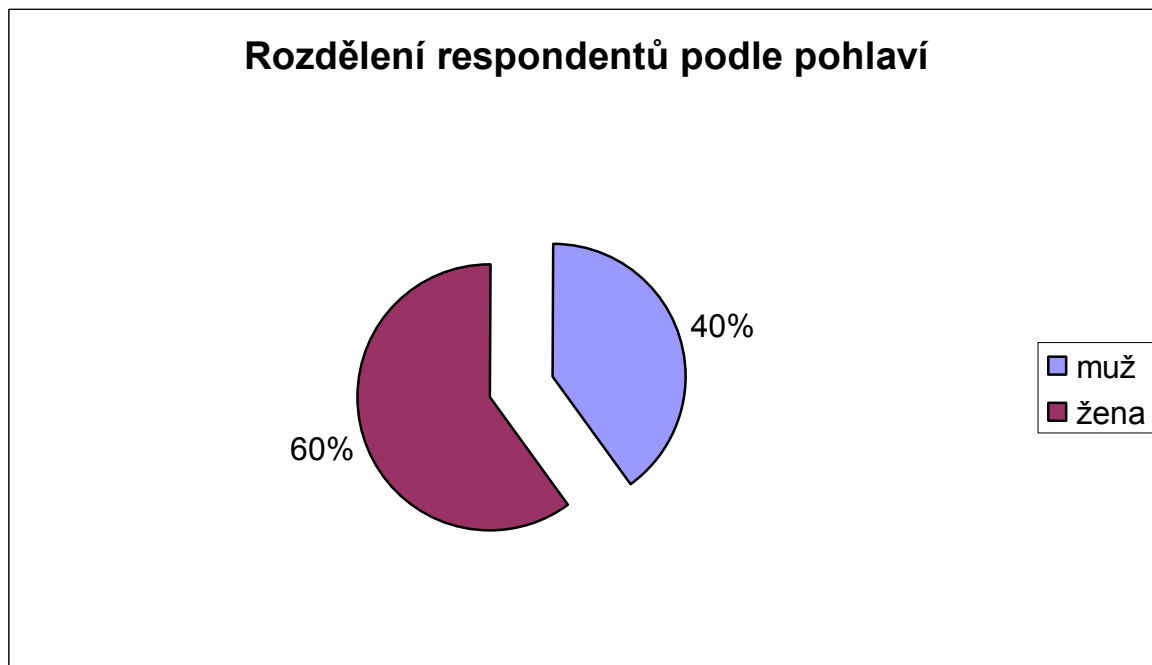
2.1 Vyhodnocení dotazníků

Otázka č. 1

Jste:

muž	32
žena	48

Graf č. 3: Rozdělení respondentů podle pohlaví



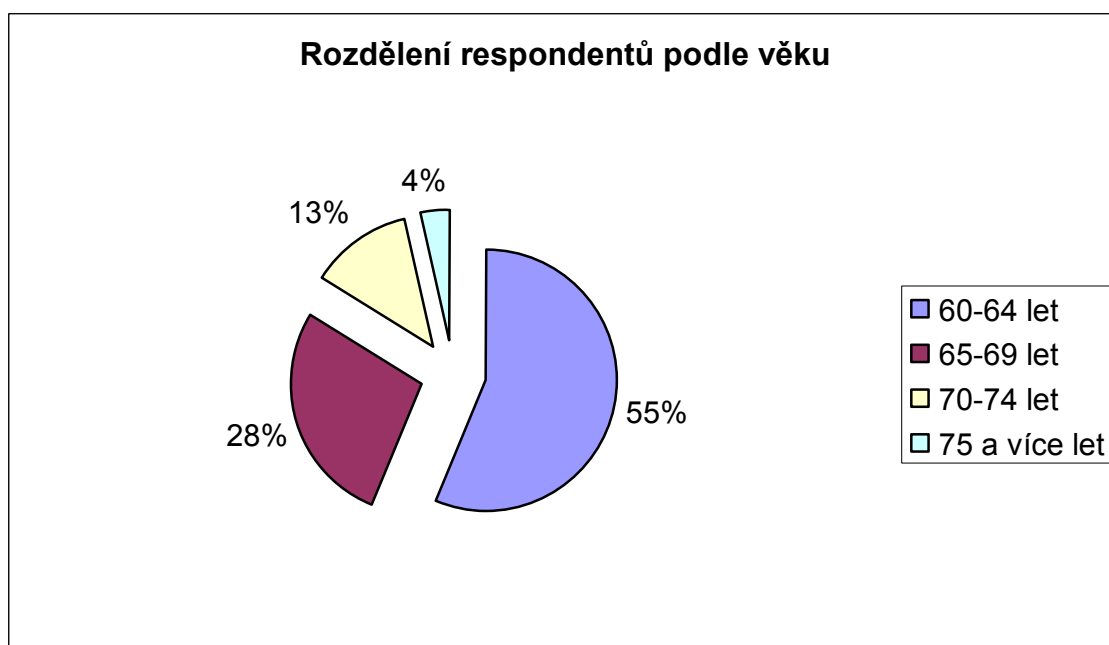
Průzkumu týkajícího se problematiky cestování seniorů na Benešovsku se zúčastnilo více žen než mužů, a to v poměru 60: 40.

Otázka č. 2

Do jaké věkové skupiny patříte?

60 - 64 let	45
65 - 69 let	22
70 - 74 let	10
75 a více let	3

Graf č. 4: Rozdělení respondentů podle věku



Více než polovina dotazovaných byla ve věku 60 - 64 let. Následovalo věkové rozpětí 65 – 69 let (28 %), méně (13 %) bylo respondentů ve věku 70 – 74 let a 4 % dotazovaných bylo více než 75 let.

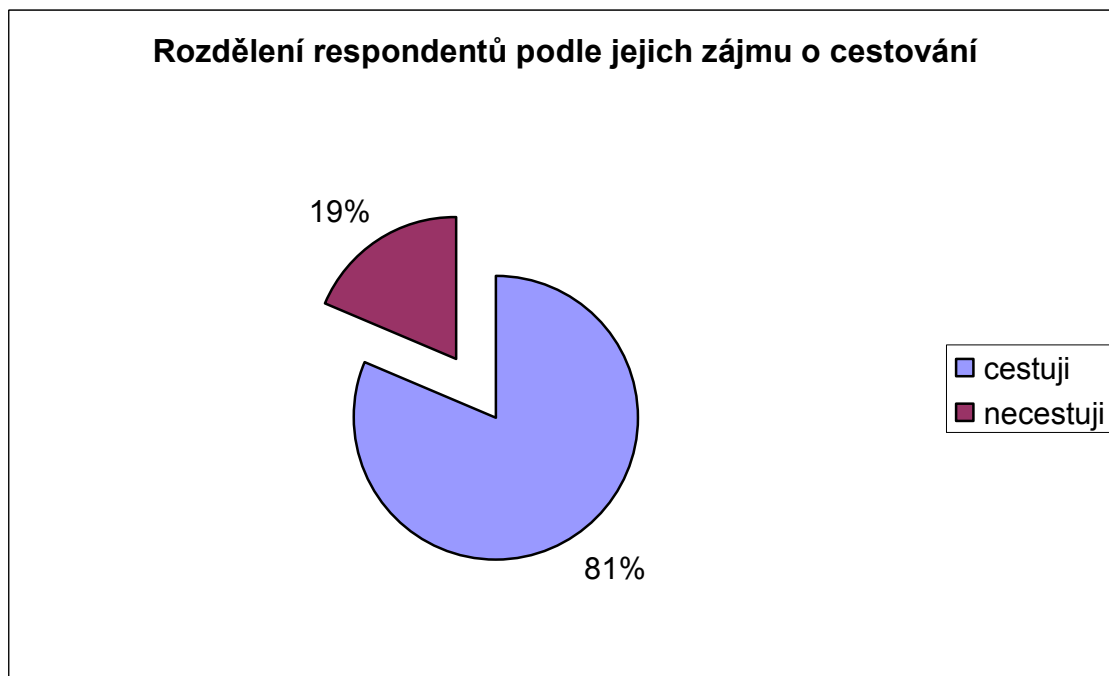
Otázka č. 3

Cestujete?

ano	65
ne	15

V případě odpovědi "ne" přejděte prosím na otázku č. 10.

Graf č. 5: Rozdělení respondentů podle jejich zájmu o cestování



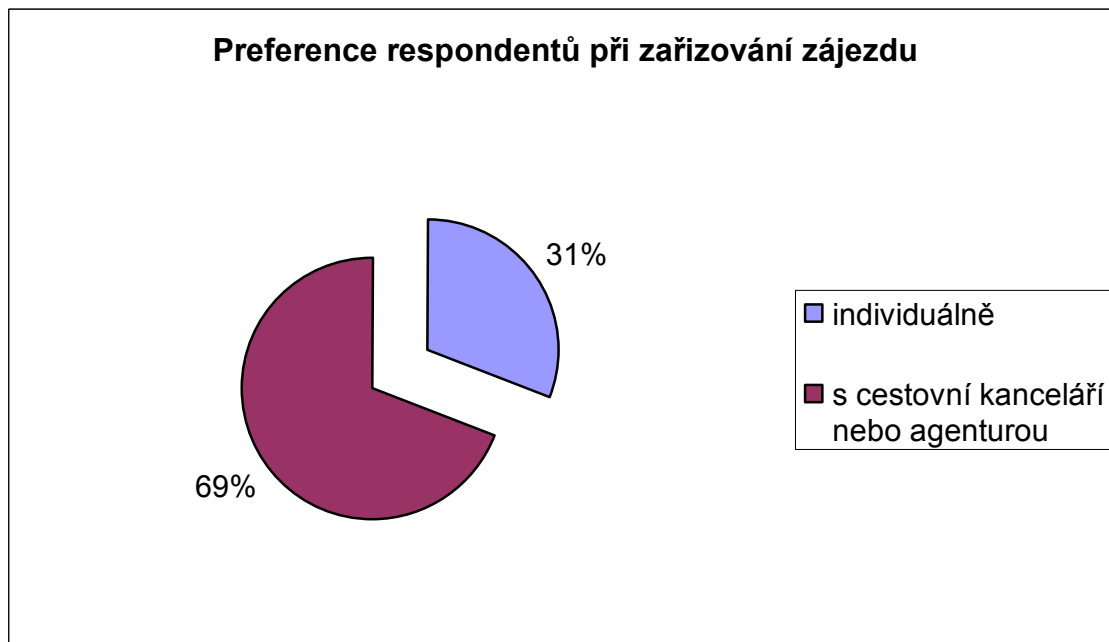
81 % dotazovaných uvedlo, že cestují. Zbýlých 19 % respondentů necestuje. Ti, kteří odpověděli, že necestují, byli odkázáni na otázku č. 10, ve které jsou zjišťovány důvody toho, proč necestují.

Otázka č. 4

Raději cestujete:

individuálně	20
s cestovní kanceláří nebo agenturou	45

Graf č. 6: Preference respondentů při zařizování zájezdu



Na otázky č. 4 – 9 odpovídali pouze ti respondenti, kteří v otázce č. 3 uvedli, že cestují. 69 % z nich využívá k organizaci zájezdu raději cestovní kancelář či agenturu, 31 % dává přednost individuálnímu plánování.

Otázka č. 5

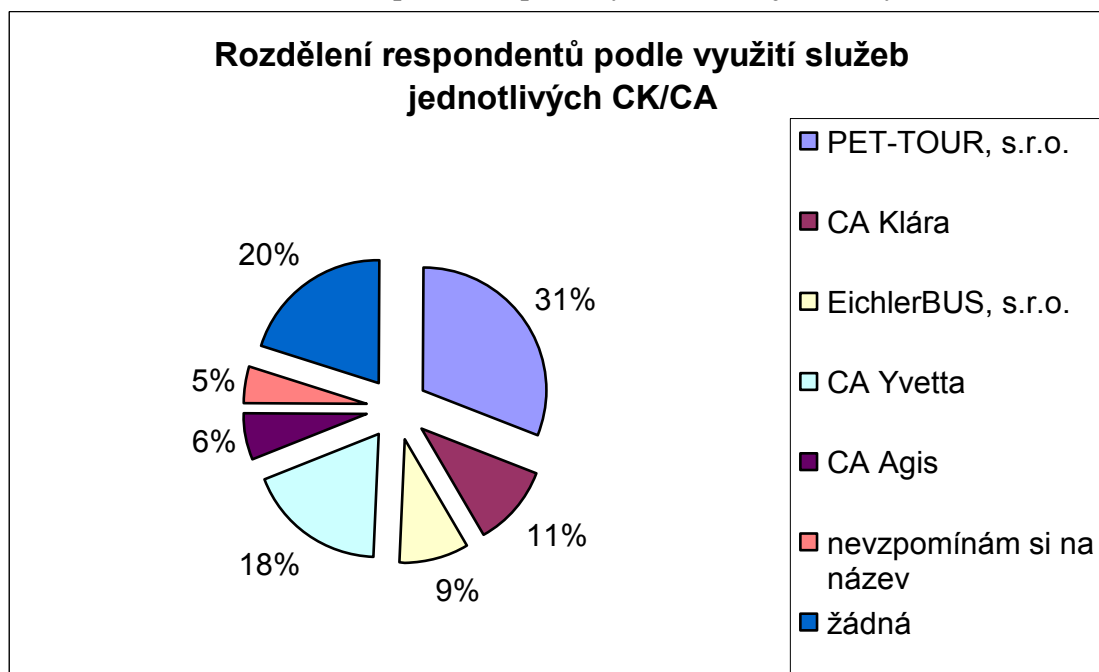
Využil/a jste někdy služeb některé cestovní kanceláře nebo agentury v regionu Benešovska? Pokud ano, uveďte prosím její název.

a) ano – jednalo se o...

b) ne

PET-TOUR, s.r.o.	20
CA Klára	7
EichlerBUS, s.r.o.	6
CA Yvetta	12
CA Agis	4
nevzpomínám si na název	3
žádná	13

Graf č. 7: Rozdělení respondentů podle využití služeb jednotlivých CK/CA



80 % seniorů již využilo služeb cestovní kanceláře či agentury v regionu Benešovska.

V 31 % se jednalo o Cestovní kancelář PET-TOUR . 18 % respondentů má zkušenost se zprostředkováním zájezdu od Cestovní agentury Yvetta. S Cestovní agenturou Klára někdy vycestovalo 11 % respondentů. 9 % dotazovaných využilo služeb divišovské společnosti EichlerBUS a 6 % Cestovní agentury Agis. 5 % respondentů si už nevzpomíná na přesný název cestovní kanceláře. 20 % dotazovaných zkušenost nemá.

Otázka č. 6

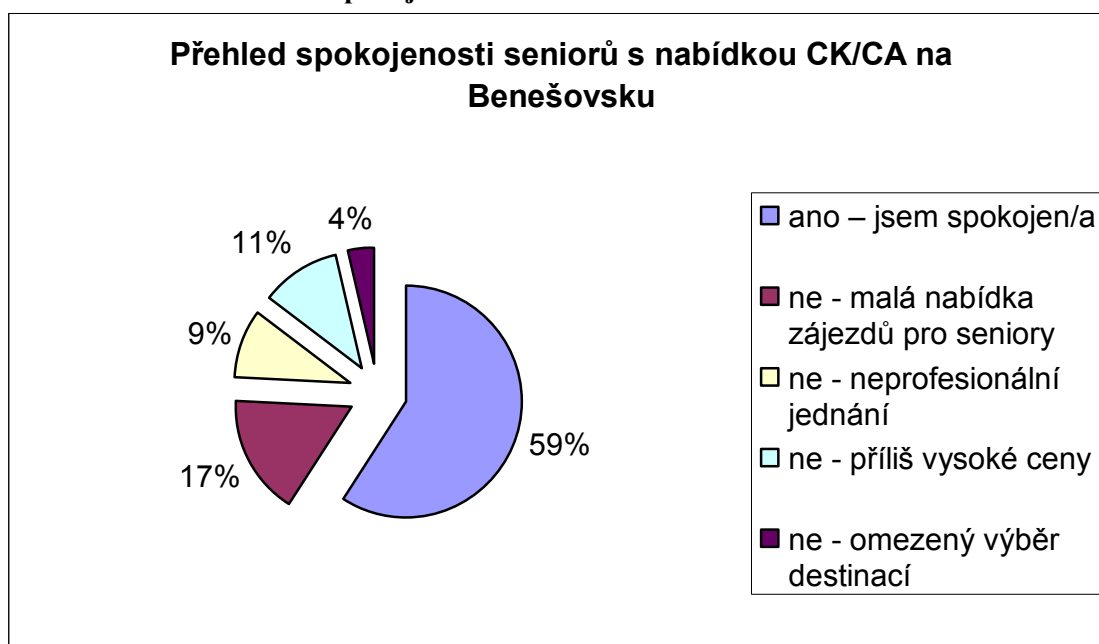
Jste spokojen/a s nabídkou cestovních kanceláří a agentur v regionu Benešovska?

a) ano

b) ne, vadilo mi... (uveďte prosím, s čím konkrétně jste byl/a nespokojen/a)

ano – jsem spokojen/a	32
ne – malá nabídka zájezdů pro seniory	9
ne - neprofesionální jednání	5
ne - příliš vysoké ceny	6
ne - omezený výběr destinací	2

Graf č. 8: Přehled spokojenosti seniorů s nabídkou CK/CA na Benešovsku



59 % respondentů je spokojeno s nabídkou produktů cestovních kanceláří a agentur na Benešovsku. 17 % vadí malá nabídka zájezdů pro seniory. 11 % respondentů připadá, že cestovní kanceláře a agentury na Benešovsku prodávají zájezdy za příliš vysoké ceny. 9 % respondentů se již někdy setkala s neprofesionálním jednáním ze strany zaměstnanců cestovní kanceláře nebo agentury. 4 % vadí příliš omezený výběr destinací.

Otázka č. 7

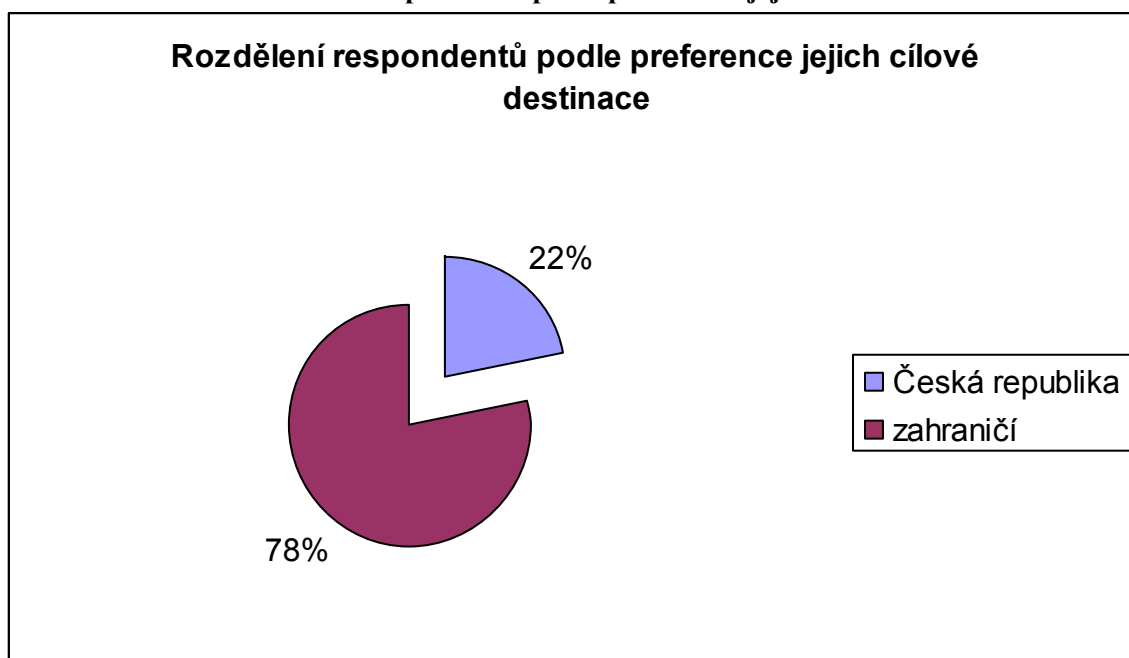
Cestujete raději po České republice, nebo upřednostňujete zahraniční zájezdy?

a) po České republice

b) zahraniční zájezdy

Česká republika	12
zahraničí	43

Graf č. 9: Rozdělení respondentů podle preference jejich cílové destinace



78 % dotazovaných seniorů dává přednost cestování do zahraničních destinací. 22 % respondentů raději cestuje po České republice.

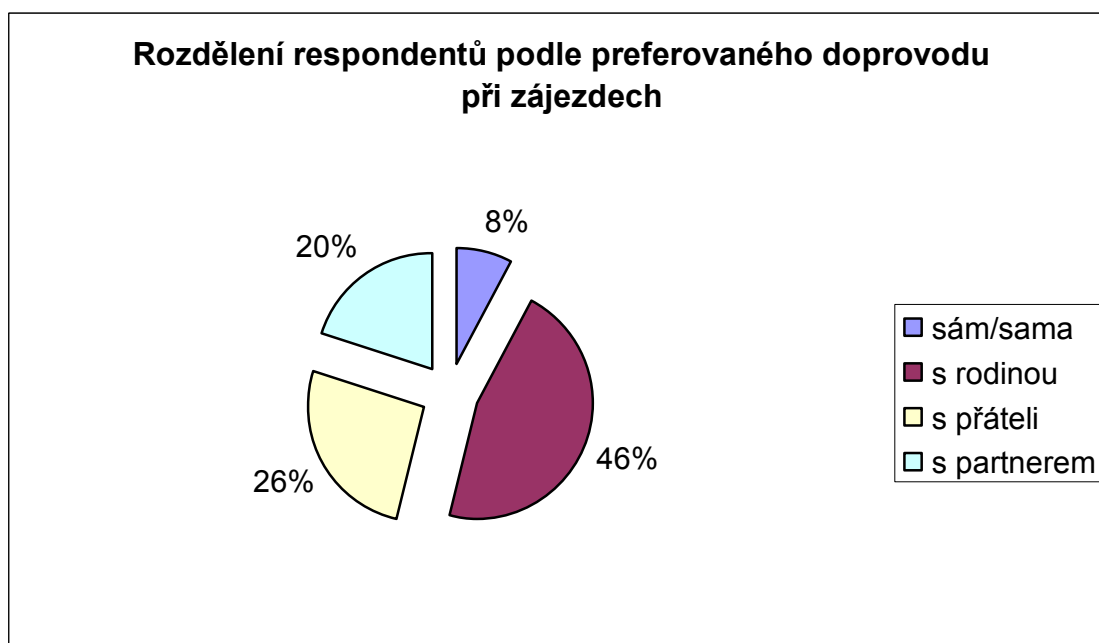
Otázka č. 8

S kým nejčastěji cestujete?

- a) sám/sama
- b) s rodinou
- c) s přáteli
- d) s partnerem

sám/sama	5
s rodinou	30
s přáteli	17
s partnerem	13

Graf č. 10: Rozdělení respondentů podle preferovaného doprovodu při zájezdech



Oslovení senioři nejčastěji jezdí na dovolenou s rodinou (46 %) nebo s přáteli (26 %). Cestování s partnerem upřednostňuje 20 % dotazovaných, 8 % respondentů nejraději cestuje samo.

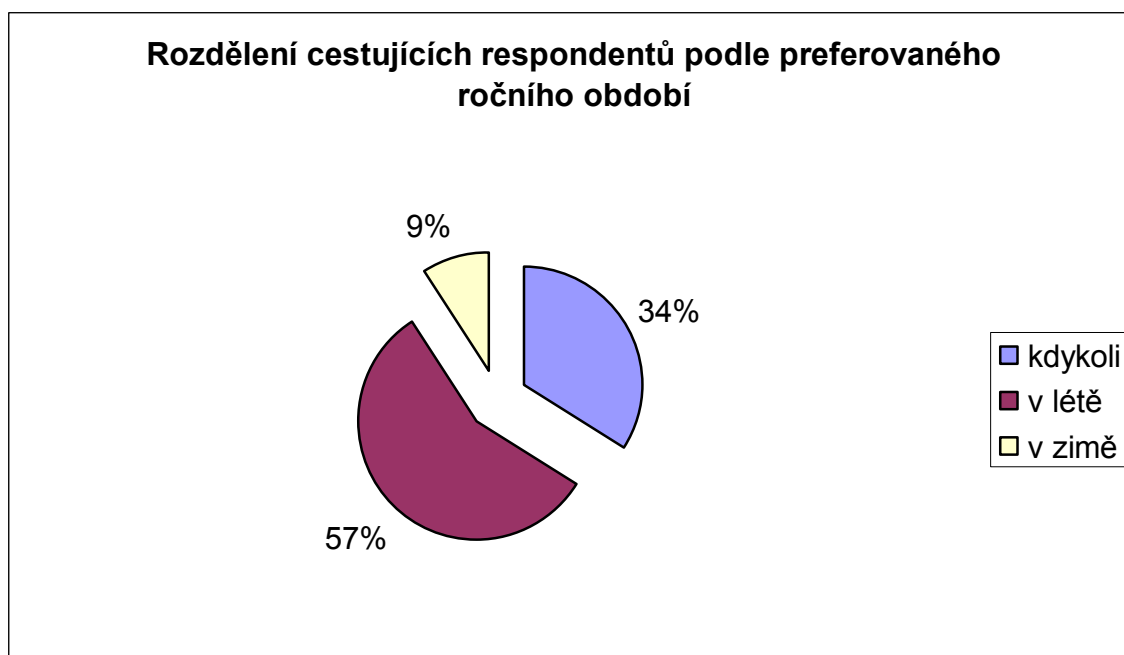
Otázka č. 9

Ve které části roku nejčastěji cestujete?

- a) kdykoli
- b) v létě
- c) v zimě

kdykoli	22
v létě	37
v zimě	6

Graf č. 11: Rozdělení cestujících respondentů podle preferovaného ročního období



57 % respondentů cestuje nejraději v létě. 34 % dotazovaných seniorů vyráží na své cesty kdykoli během roku a nejméně (9 %) seniorů upřednostňuje zimní dovolenou.

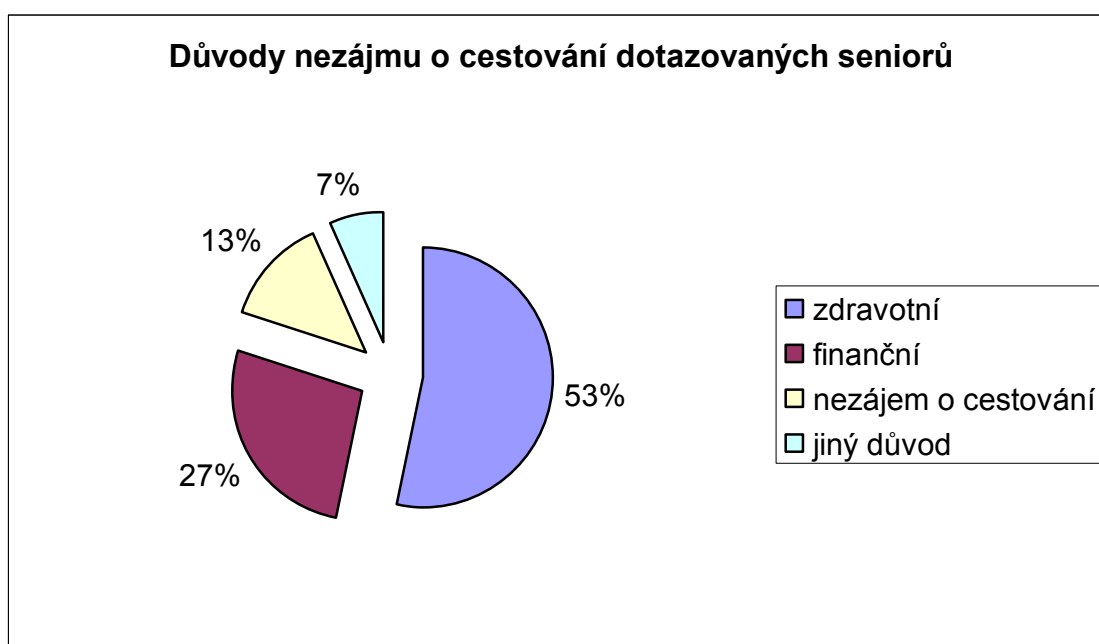
Otázka č. 10

V otázce č. 3 jste uvedl/a, že necestujete. Uveďte prosím, z jakých důvodů.

- a) zdravotní
- b) finanční
- c) nezájem o cestování
- d) jiný důvod

zdravotní	8
finanční	4
nezájem o cestování	2
jiný důvod	1

Graf č. 12: Důvody nezájmu o cestování dotazovaných seniorů



Poslední otázka dotazníku se týká důvodů, proč oslovení seniori necestují. Nejčastěji je to ze zdravotních důvodů – kvůli podlomenému zdraví nemůže cestovat více než polovina respondentů. Následovaly finanční důvody (27 %), nezájem o cestování (13 %) a jiný důvod (7 %).

Celkové zhodnocení dotazníkového průzkumu

V první otázce se jednalo o určení pohlaví respondentů. Z celkového počtu 80 vyplněných dotazníků bylo 32 mužů a 48 žen, tj. 40 % a 60 %.

V druhé otázce se jednalo o rozdělení respondentů podle jejich věku. Byly určeny intervaly po pěti letech – 60 - 64 let, 65 - 69 let, 70 - 74 let, 75 a více let. Více než polovina (55 %) oslovených respondentů bylo ve věku 60 - 64 let, následovala věková skupina 65 - 69 let (28 %), dále 70 - 74 let (13 %) a nejméně bylo seniorů ve věku 75 let a více (pouhá 4 %).

Ve třetí otázce byli respondenti rozděleni podle jejich zájmu o cestování. 81 % respondentů odpovědělo, že cestuje, 19 % respondentů necestuje. V následujících otázkách č. 4 – 9 byly zpracovávány údaje pouze od 65 dotazovaných, kteří odpověděli kladně na otázku, zda cestují. Zbývajících 15 respondentů, kteří uvedli, že necestují, odpovědělo už pouze na otázku č. 10, ve které uvádějí, z jakých důvodů necestují.

Otázka č. 4 se týká toho, jestli si respondenti raději zařizují zájezd individuálně, nebo dávají přednost organizaci od cestovní kanceláře nebo agentury. 69 % dotazovaných uvedlo, že raději cestují s cestovní kanceláří nebo agenturou. Nejčastěji uváděným důvodem bylo to, že dávají přednost pohodlí a jistotě, respondenti rovněž věří tomu, že pokud by si organizovali zájezd sami, stálo by je to víc peněz. Individuálnímu cestování dává přednost 31 % respondentů. Uvedli, že mají buď špatné zkušenosti s cestovními kancelářemi (např. cestovní kancelář zkrachovala a oni nedostali zpět své peníze), nebo jim jednoduše nevyhovuje předem připravený program a chtějí si dovolenou užít podle svého.

V páté otázce respondenti uvádějí, zda někdy využili služeb některé cestovní kanceláře z regionu Benešovska. 20 % dotazovaných odpovědělo že ne, 80 % ano. Nejčastěji (31 %) respondenti cestovali s cestovní kanceláří PET-TOUR, s.r.o. sídlící v Benešově. Služeb vlašimské cestovní agentury Yvetta někdy využilo 18 % dotazovaných, s benešovskou cestovní agenturou Klára cestovalo 11 % dotazovaných. S divišovskou cestovní kanceláří EichlerBUS, s.r.o. vycestovalo 9 % respondentů a 6 % respondentů si nechalo zájezd zorganizovat vlašimskou cestovní agenturou Agis. Zbývajících 3 respondenti uvedli, že někdy služeb cestovní kanceláře nebo agentury v regionu

Benešovska využili, ale už si nevzpomínají na název, popř. se zúčastnili zájezdu, který zařizoval někdo jiný (nejčastěji rodinný příslušník).

V šesté otázce bylo zkoumáno, zda jsou oslovení senioři spokojeni s nabídkou cestovních kanceláří a agentur v regionu Benešovska. Odpovídali i respondenti, kteří služeb cestovních kanceláří nebo agentur na Benešovsku přímo nevyužili, ale podmínkou bylo, aby se tam byli alespoň podívat a měli přehled o nabídce služeb cestovní kanceláře nebo agentury. Z 65 dotazovaných respondentů tuto podmínku splnilo 54, tudíž v grafu bylo pracováno s tímto údajem. Zbývajících 11 respondentů nebylo do grafu zahrnuto. 59 % respondentů uvedlo, že s nabídkou regionálních cestovních kanceláří nebo agentur jsou spokojeni. Zbývajících 41 % spokojeno není. Nejčastěji (17 %) seniorům vadí příliš malá nabídka zájezdů pro ně vhodných. 11 % dotazovaných připadá ceny prodáváných zájezdů v porovnání s téměř totožnými zájezdy např. jihočeských cestovních kanceláří nebo agentur přemrštěné. 9 % respondentů se setkala s neprofesionálním jednáním ze strany zaměstnanců cestovní kanceláře nebo agentury. Jedna dotazovaná dokonce uvedla, že se cítila velice ponížena, protože jí zaměstnankyně jedné nejmenované benešovské cestovní agentury dala velice nevybíravě najevo, že je pro vybraný zájezd příliš stará. Respondentka měla zájem o poznávací zájezd do Itálie, ale neprofesionální jednání ji od koupě zájezdu pochopitelně odradilo a ona raději využila služeb jiné cestovní agentury, kde již žádné problémy nebyly. 4 % dotazovaných připadá, že regionální cestovní kanceláře a agentury nabízejí pouze velmi omezený výběr destinací, konkrétně zazněla odpověď „pokud nechci jet do Itálie, Chorvatska nebo do maďarských lázní, mám smůlu“.

V otázce č. 7 respondenti odpovídali na to, zda dávají přednost cestování po České republice, nebo upřednostňují zahraniční destinace. Z průzkumu vyplynulo, že 78 % dotazovaných raději jezdí do zahraničí. Důvodem je celkem pochopitelně hlavně moře a příjemné klimatické podmínky zejména v zemích jižní Evropy. Rovněž ceny jsou podle respondentů v zahraničí mnohdy příznivější než v České republice. 22 % respondentů raději cestuje po své vlasti. Uvedli, že na zahraniční zájezdy nemají peníze, případně že je moře neláká a nejlépe je stejně „doma“.

V otázce č. 8 se jednalo o preference respondentů podle jejich doprovodu při zájezdech, čili to, s kým nejčastěji cestují. Téměř polovina (46 %) dotazovaných uvedla, že

nejčastěji cestují s rodinnými příslušníky. 26 % dotazovaných dává přednost dovolené či výletům s přáteli, 20 % cestuje nejčastěji s partnerem. Pouze 5 dotazovaných (8 % z celkového počtu) cestuje samo.

Otázka č. 9 byla zaměřena na to, ve kterém ročním období oslovení senioři nejčastěji cestují. Více než polovina (57 %) respondentů odpověděla, že cestuje nejčastěji v létě. 34 % respondentů jezdí na výlety či zájezdy kdykoli mají chuť, čas a peníze – nepreferují určité roční období. 9 % oslovených seniorů dává přednost cestování v zimních měsících. Důvody jsou dva – v případě tuzemské dovolené jsou to pobyty na horách spojené s lyžováním, v případě zahraniční dovolené se respondentům zamlouvá to, že zatímco je v České republice nevlídné počasí, oni si mohou svou dovolenou užít v teple.

Na otázku č. 10 odpovídali pouze senioři, kteří v otázce č. 3 uvedli, že necestují. Bylo jich 15. Z nich více než polovina (53 %) necestuje ze zdravotních důvodů. 27 % uvedlo, že na cestování nemají peníze. 13 % respondentů o cestování nemá zájem a dává přednost jiným aktivitám. Jeden respondent uvedl, že v mládí cestoval velmi rád, ale v posledních letech je tak otrávený z politické a vůbec celkové situace u nás i v zahraničí, že o cestování ztratil zájem.

2.2 Průzkum nabídky zájezdů pro seniory na Benešovsku

Cílem druhého oddílu praktické části bakalářské práce je prozkoumání nabídky zájezdů pro seniory na Benešovsku. K podrobnější charakteristice byly vybrány společnosti, jejichž služeb senioři podle výsledků výzkumu (viz 2.1, ot. č. 5) nejčastěji využívají. Jde o Cestovní kancelář PET-TOUR, Cestovní agenturu Yveta a Cestovní agenturu Klára.

Při průzkumu budou uvedeny vždy základní informace o dané cestovní kanceláři nebo agentuře, dále bude charakterizována nabídka jejích služeb (jaké zájezdy nabízí, jak široká je nabídka destinací, se kterými cestovními kancelářemi daná společnost spolupracuje atd.). V závěru bude předmětem zkoumání to, zda daná cestovní kancelář nebo agentura nabízí speciální slevy či akce pro seniory.

2.2.1 Cestovní kancelář PET-TOUR, s.r.o.

Základní informace

Cestovní kancelář PET-TOUR, s.r.o. sídlí na adrese Masarykovo náměstí 6, 256 01 Benešov.

Jedná se o cestovní kancelář, která na českém trhu působí 10 let. Jejím zakladatelem je Karel Peterka. Má dvě pobočky – v Benešově a v Táboře. Tato cestovní kancelář je pojištěna proti úpadku u České podnikatelské pojišťovny. Specializuje se na autobusové zájezdy do Itálie, Chorvatska a Maďarska. Klienti mohou využít služeb cestovní kanceláře každý pracovní den od 9 do 16 hodin.

Obr. č. 1 – Logo Cestovní kanceláře PET-TOUR, s.r.o.



zdroj: www.pet-tour.cz

Nabídka zájezdů

Jak již bylo uvedeno, cestovní kancelář PET-TOUR se specializuje zejména na autobusové zájezdy do Itálie, Chorvatska a Maďarska. Jak jsem se dověděla při návštěvě cestovních kanceláří, klienti si nekupují jen vícedenní zájezdy, ale oblíbené jsou i jednodenní výlety například do Polska (kvůli nákupům a celkově levnějším cenám). Klasikou je pořádání prohlídky vánoční Vídně nebo Drážďan. Co se týče vícedenních zahraničních zájezdů, podle informací, které tato cestovní kancelář uvádí na svých internetových stránkách, si klienti velice oblíbili destinace Bibione, Lignano, Caorle a Lido di Jesolo.

Například Bibione cestovní kancelář charakterizuje takto:

„Bibione má pro nás výhodu nejbližšího teplého moře s rozsáhlými písčnými plážemi a velmi dobrým vybavením. Je zde dostatek různých druhů ubytování (včetně vilek), spousta zeleně, množství obchodů a obchůdků i značkových butiků, četné restaurace pivnice, kavárny, diskotéky, bary i typické malé hospůdky. Kromě vodních sportů můžete hrát tenis, plážový volejbal, minigolf nebo jezdit na koních.

Letovisku nabízí také upravené cyklostezky, půjčovny kol a čtyřkolek, dostatek vybavení a prostoru pro dětské hry a zábavu, včetně velkého lunaparku. V posledních letech vyrostla v Bibione nová rekreační zařízení s vysokým komfortem.

Každé úterý se v centru Bibione koná velký rušný trh, kde můžete koupit téměř vše od čerstvých ryb, ovoce, zeleniny, sýrů a domácích specialit až po kožené zboží a obuv

Během celé sezóny se zde konají různé kulturní programy (i koncerty klasické hudby v kostele S. Maria Assunta), nezapomenutelný je zářijový svátek vína „Septemberfest“.

Na nudu tady rozhodně není čas a když už budete přesyceni pestrou nabídkou, můžete se vydat na výlety do blízkého i vzdálenějšího okolí (Benátky a přilehlé ostrovy, Verona, Terst, Miramare, Aquilea, Laguna, Lignano Sabbiadoro, Portogruaro, Castelmonte). Kolem moře je upravená cca 4 km dlouhá kolonáda, kde můžete strávit klidný podvečer příjemnými procházkami. Díky čistému prostředí i moři je Bibione již několik let nositelem Modré vlajky čistoty.“ [5]

Pro klienty je určitě přínosné to, že na svých internetových stránkách cestovní kancelář uvádí i různá doporučení ohledně cestování a chování v Itálii. Pro Italy je velice důležité oblékání – potrpí si na perfektní vzhled a totéž očekávají i od ostatních. Při návštěvě církevní budovy je nutné zahalit si ramena a nemít holé nohy. V Itálii se dbá na dodržování siesty – od 12:30 do 15:30 hodin bývají zavřené obchody, banky a další instituce, tato doba slouží k odpočinku. Italové jsou velcí znalci vína, Itálie je dokonce na prvním místě v objemu vyrobeného vína na světě. Spropitné v restauraci se automaticky očekává ve výši 15 %. [19]

Další zemí, do které klienti Cestovní kanceláře PET-TOUR rádi jezdí, je Maďarsko. Oblíbenými destinacemi jsou historické město Sárvár, lázně Bükfürdo a velký lázeňský areál Mosonmagyaróvár. Zejména lázeňský areál Mosonmagyaróvár je pro seniory velice vhodným odpočinkovým a léčebným místem, jelikož se specializuje na léčbu pohybového a zažívacího ústrojí, revmatismu a nedostatku vápníku. Ubytování je realizováno v *** Termal hotelu Aqua.

Obr. č. 2: Pohled na jeden z bazénů Termal hotelu Aqua



zdroj: http://www.pet-tour.cz/mosonmagyarovar_-_termal_hotel_aqua_3.html

Výhody pro seniory

Cestovní kancelář PET-TOUR poskytuje klientům nad 60 let slevu na dopravu do Bibione a Lignana ve výši 100 Kč. Např. doprava do Lignana, konkrétně Residence Rialto, vyjde osobu starší 60 let na 1750 Kč. Pro pravidelné zákazníky, kteří s touto cestovní kanceláří cestovali nejméně 3x, platí sleva na ubytování v Bibione 5 %.

Senioři jistě ocení i to, že většina hotelů se nachází do 100 metrů od pláže a hotely jsou samozřejmě vybaveny výtahy.

2.2.2 Cestovní agentura Yvetta

Základní informace

Cestovní agentura Yvetta sídlí ve Vlašimi v Riegrově ulici 1828. Byla založena v roce 2000 a její majitelkou je Yveta Katrová. Podle [6] je jejími hlavními cíli:

- „poradit při výběru Vaší dovolené
- poskytnout informace o konkrétním zájezdu či destinaci
- poskytnout informace o Last minute nabídkách
- provést rezervaci, vyhledat stav rezervace, platby atd.

Využití služeb našich telefonních linek, skypu je jednoduchá cesta, jak si zajistit dovolenou v klidu a pohodlí Vašeho domova. “

Klienti mohou služeb CA Yvetta využít každý pracovní den od 9 do 12 hodin, poté od 13 do 17 hodin. V sobotu je otevřeno od 9 do 11 hodin.

Obr. č. 3: Logo Cestovní agentury Yvetta



zdroj: www.ca-yvetta.cz

Nabídka zájezdů

Cestovní agentura Yvetta má velice přehledně zpracovanou nabídku zájezdů na svých internetových stránkách. Nabídka je rozdělena do sekcí: Léto – výhodné nabídky, Zimní nabídka, Last minute, Naše tipy a Poznávací zájezdy. Nabídka zájezdů je navíc ještě rozdělena podle cílové země. Cestovní agentura Yvetta nabízí široký výběr zájezdů od mnoha cestovních kanceláří, avšak pečlivě si vybírá ty, se kterými bude spolupracovat.

Tato cestovní agentura prodává zájezdy do 169 zemí světa. Nejvíce zájezdů (4 189) nabízí do Chorvatska, dále do České republiky (3 433), Slovenska (1 998), Řecka (1 841) a Španělska (1 141). Kromě známých a obecně oblíbených destinací mohou klienti vycestovat s Cestovní agenturou Yvetta např. i do Zambie, Uzbekistánu,

Uruguaye, Ománu či Mali. Cestovní agentura nabízí letní zvýhodněné zájezdy do Chorvatska, Itálie, Bulharska, Řecka, Španělska a Francie.

Výhody pro seniory

Jako každá cestovní kancelář nebo agentura, nabízí i Cestovní agentura Yvetta různé slevy a akce pro své klienty. Slevy pro pravidelné zákazníky, děti, rodiny s dětmi či pobyty pro děti zcela zdarma, jsou dnes už téměř samozřejmostí. Jelikož se tato bakalářská práce týká problematiky seniorů, v následující tabulce je zpracováno několik slev či akcí speciálně pro tuto skupinu klientů.

Tabulka č. 1: Přehled slev pro seniory Cestovní agentury Yvetta

destinace	sleva
Bulharsko – Slunečné pobřeží	pro osoby nad 60 let – 200 Kč
Bulharsko – Ahtopol	pro osoby nad 60 let – 200 Kč
Mallorca	pro osoby starší 55 let – 2 700 Kč*
Španělsko – Andalusie	pro osoby starší 55 let – 2 700 Kč*
Španělsko – Barcelona	pro osoby starší 55 let – 2 700 Kč*
Madeira	pro osoby starší 55 let – 2 000 Kč*

zdroj: vypracováno samostatně podle nabídky zájezdů na www.ca-yvetta.cz

* Jedná se o speciální cenu pouze pro seniory. Zájezdu se může účastnit i osoba mladší 55 let, avšak ta zaplatí cenu zvýšenou o příslušnou částku.

2.2.3 Cestovní agentura Klára

Základní informace

Cestovní agentura Klára sídlí na adrese Masarykovo náměstí 158, 256 01 Benešov. Tato cestovní agentura byla založena v roce 1993 Janou Klápkovou, která je dosud její majitelkou. Zájezdy pro své klienty zprostředkovává jak v kamenné prodejně, tak i prostřednictvím svých internetových stránek www.caklara.cz. Cestovní agentura Klára spolupracuje s více než 190 cestovními kancelářemi. Patří sem např. Adventura, Alexandria, Neckermann, Marco Polo, Blue-style, Čedok a mnoho dalších.

Klienti mohou cestovní agenturu navštívit každý všední den od 9 do 13 hodin, poté od 14 do 17 hodin. Pokud člověk bude mít zájem využít služby cestovní agentury, ale nebude mít ve stanovených hodinách čas, je možné se telefonicky domluvit s majitelkou cestovní agentury a zastavit se jindy. To jistě přijde vhod zejména hodně zaměstnaným potenciálním klientům. Cestovní agentura rovněž prodává i vstupenky na různá kulturní představení či sportovní akce.

Nabídka zájezdů

Nabídka zájezdu na internetových stránkách této cestovní agentury je pravidelně aktualizována. Jak cestovní agentura uvádí na svých stránkách [7], tak při objednání zájezdu online bude klientovi poskytnuto zdarma cestovní pojištění. Cestovní agentura Klára zprostředkovává jak klasické poznávací a pobytové zájezdy, tak i zájezdy určené užší skupině klientů. Jedná se např. o zájezdy s tematikou rybolovu, cyklistické zájezdy, jazykové kurzy, lodní plavby, v případě zájmu zajistí i lázeňský pobyt, školní zájezd, pronájem chaty či svatební obřad v zahraničí. V případě, že chceme obdarovat své příbuzné či přátele dárkovým poukazem, stačí si ho objednat prostřednictvím formuláře na internetových stránkách této cestovní agentury.

Velice oblíbené jsou zejména poukazy na relaxační víkendy nebo poznávací zájezdy. Také je možné nechat vystavit dárkový poukaz na dovolenou dle vlastního výběru.

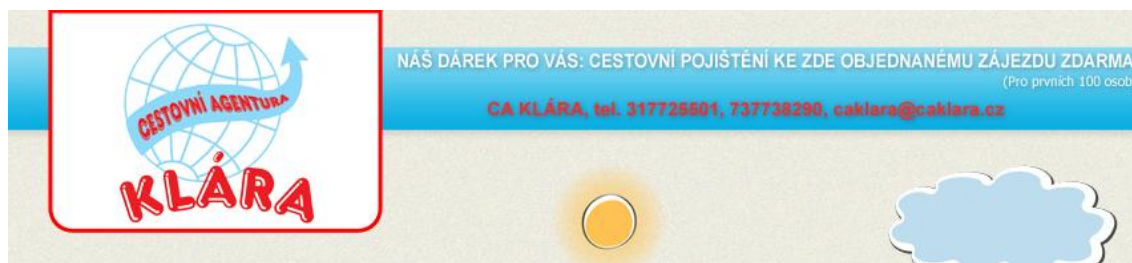
Výhody pro seniory

Cestovní agentura Klára na svých internetových stránkách nabízí několik speciálních akcí pro seniory. Jednou z nich je pobyt Senior Vital v Rajeckých Teplicích na Slovensku v *** hotelu Velká Fatra. Podle [8] „je možný jen pro osoby nad 60 let. Cena zahrnuje dopravu klim. busem nebo minibusem, 7x ubytování, 7x polopenzi - zmenšené porce (snídaně - bufetové stoly, večere - výběr ze 4 menu), 7x vodní svět, 2x klasická masáž 15 min. Možnost dokoupení standardní polopenze. Cena nezahrnuje lázeňský poplatek cca 1 €/den – platba při nástupu na recepci.“

Tento zájezd trvá osm dní a jeho cena činí 8 200 Kč.

V podstatě totožná je nabídka dalšího zájezdu pro seniory rovněž do Rajeckých Teplic. Ubytování je zajištěno v *** rodinném penzionu Flora. Program pobytu Senior Vital ve Villa Flora zahrnuje totéž co program pobytu Senior Vital ve Velké Fatře. Liší se pouze cena – ta zde činí 7 400 Kč za osm dní pobytu.

Obr. č. 3: Logo Cestovní agentury Klára



zdroj: www.ca-klara.cz

2.2.4 Celkové zhodnocení průzkumu týkajícího se nabídky produktů pro seniory vybraných cestovních kanceláří a agentur na Benešovsku

Cílem tohoto průzkumu bylo zaměřit se na nabídku tří cestovních kanceláří nebo agentur, jejichž služeb využívají nebo využívali oslovení senioři nejčastěji. V dotazníkovém výzkumu bylo zjištěno, že pokud respondenti někdy vycestovali s cestovní kanceláří nebo agenturou v regionu Benešovska, v téměř třetině případů to bylo s Cestovní kanceláří PET-TOUR, která sídlí v Benešově. Pomyslnou druhou příčku obsadila vlašimská cestovní agentura Yvetta, která je oblíbená u 18 % respondentů. Na třetím místě se umístila benešovská cestovní agentura Klára, jejíž služeb již někdy využilo 11 % oslovených seniorů.

Každá z těchto tří společností byla nejprve obecně charakterizována. Uvedeny jsou základní informace, jako například kdy byla společnost založena, kým, kde sídlí a ve které dny a hodiny ji mohou klienti navštívit. Pro zajímavost bylo také přidáno logo každé společnosti. Hlavní důraz byl kladen na nabídku produktů jednotlivých cestovních kanceláří a agentur. Konkrétně bylo zjišťováno, na které destinace a zájezdy se společnost zaměřuje a zda nabízí speciální akce či slevy pro své klienty z řad seniorů. Informace jsem získala při osobní návštěvě jednotlivých společností a z jejich internetových stránek a katalogů.

Bylo zjištěno, že Cestovní kancelář PET-TOUR nabízí klientům nad 60 let slevu na dopravu do Itálie. Pokud klient cestuje s touto cestovní kanceláří již po několikáté a jako cíl své cesty si vybral Bibione, získá navíc slevu 5 % na ubytování právě v této destinaci.

Cestovní agentura Yvetta nabízí slevu 200 Kč na některé zájezdy do Bulharska. Nejdůležitější ovšem je, že zprostředkovává i speciální zájezdy pro seniory. Zúčastnit se jich mohou osoby nad 55 let, které po prokázání svého věku získají výraznou slevu na zájezdy nejčastěji do španělských destinací. Tohoto zájezdu se může zúčastnit i osoba mladší 55 let. Na ni se však žádná sleva nevztahuje a musí zaplatit plnou cenu.

Poslední hodnocenou regionální společností byla Cestovní agentura Klára. I ta nabízí speciální akce pro seniory. Nejzajímavější jsou lázeňské pobyty výhradně pro seniory,

které cestovní agentura nazývá Senior Vital. Jsou realizovány převážně na Slovensku. V ceně, která se pohybuje kolem 8 000 Kč za osm dní, je ubytování, stravování (polopenze), sedm pobytů ve vodním světě a dvě masáže. Cena nezahrnuje lázeňský poplatek.

Závěr a zhodnocení výsledků práce

Tato bakalářská práce se týká problematiky seniorů. V teoretické části byly vysvětleny pojmy, které s tímto tématem souvisejí. Čtenář se dozvěděl, jaká je charakteristika stárnutí a stáří, jaké změny probíhají v organismu stárnoucího člověka, nebo čím se zabývají geriatric a gerontologie. Pro mě osobně bylo zajímavé zjištění, že podle mnoha obyvatel České republiky je člověk starý již ve čtyřiceti či padesáti letech. Obecně se dá říci, že pojetí stárnutí je v naší zemi poměrně neobvyklé. Lidé se stárnutí a stáří děsí, myslí si, že je „na stará kolena“ nečeká již nic dobrého. Podle odborníků a různých průzkumů bohužel situace v České republice není stárnoucím lidem příliš nakloněna. Zaměstnavatelé ve většině případů chtějí zaměstnávat mladé lidi do třiceti let. Ač by byl člověk kolem čtyřicítky či padesátky díky své delší praxi mnohdy vhodnější kandidát, je už podle mnoha zaměstnavatelů zkrátka „za zenitem“. Přitom v ostatních evropských zemích vypadá situace zcela jinak. Pro společnost je člověk starý až tehdy, kdy už na to má opravdu věk – čili kolem osmdesáti let. Není výjimkou, že senioři si udrží dobrou pracovní výkonnost až do sedmdesáti let a až poté odcházejí do důchodu.

Praktická část této bakalářské práce je zaměřena na situaci seniorů v regionu Benešovska. První část tvoří grafické a slovní vyhodnocení dotazníků. Pro výzkum byly využity odpovědi osmdesáti respondentů z řad seniorů. Z výsledků vyplývá, že 60 % respondentů tvořily ženy. Nejčastěji byla zastoupena věková skupina 60 – 64 let. Senioři na Benešovsku ve většině případů cestují rádi, a to s rodinou či přáteli. Spíše dávají přednost organizaci zájezdů od cestovní kanceláře nebo agentury. Důvodem je zejména aspekt pohodlí a úspory času.

60 % seniorů, kteří rádi cestují, mají zkušenost s nákupem zájezdu od některé regionální cestovní kanceláře nebo agentury. Nejoblíbenější cestovní kanceláří je benešovská PET-TOUR, dále Cestovní agentura Yvetta sídlící ve Vlašimi a Cestovní agentura Klára se sídlem v Benešově. Zmíněny byly rovněž divišovská společnost EichlerBUS a Cestovní agentura Agis z Vlašimi. Někteří respondenti uvedli, že sice služeb některé cestovní kanceláře nebo agentury využili, ale nevzpomínají si už na její název. Senioři byli většinou se službami cestovní kanceláře nebo agentury spokojeni. Pokud jim něco vadilo, byla to buď malá nabídka zájezdů pro ně vhodných, nebo neprofesionální jednání od personálu. 20 % respondentů nikdy služeb regionální cestovní kanceláře

nebo agentury nevyužilo. Oslovení senioři spíše preferují dovolenou v létě a raději jezdí do zahraničí. Pokud respondenti odpověděli, že cestování nevyhledávají, bylo to nejčastěji ze zdravotních nebo finančních důvodů. Důvod „nezájem o cestování“ uvedli jen dva respondenti.

Druhý oddíl praktické části této bakalářské práce byl zaměřen na prozkoumání nabídky cestovních kanceláří a agentur, které jsou u oslovených seniorů nejoblíbenější. Jednalo se o společnosti Cestovní kancelář PET-TOUR, Cestovní agentura Yvetta a Cestovní agentura Klára. Ačkoli zákazníků z řad seniorů přibývá, málokterá cestovní kancelář nebo agentura má pro seniory speciální katalog. Jak bylo zjištěno během výzkumu, senioři mohou využívat ve většině případů pouze stejných výhod jako ostatní klienti (first minute, last minute). Zkoumané cestovní kanceláře a agentury nabízejí několik slev a akcí pro seniory. Cestovní kancelář PET-TOUR poskytuje seniorům slevu na dopravu do určitých destinací. Cestovní agentura Yvetta nabízí zprostředkování několika zájezdů se speciální cenou pro seniory. Seniořem je zde brán člověk od 55 let. Těchto zájezdů se může zúčastnit i osoba mladší, ale zaplatí plnou cenu. Cestovní agentura Klára má v nabídce pobyty s názvem Senior Vital, které jsou určeny pouze seniorům od 60 let. Jedná se o lázeňské pobyty na Slovensku a ve snížené ceně je doprava, ubytování formou polopenze a také například dvě poukázky na masáž.

Tato bakalářská práce bude poskytnuta cestovním kancelářím a agenturám zejména v okolí Benešova, a to díky dotazníkovému výzkumu, který byl zaměřen právě na problematiku týkající se seniorů na Benešovsku. Cestovní kanceláře a agentury mohou z této práce zjistit například to, co seniorům v nabídce produktů chybí a s čím nejsou spokojeni. Konkrétně byli respondenti z řad seniorů nespokojeni s příliš malou nabídkou destinací a neprofesionálním jednáním z řad personálu některých společností. Dále jim vadilo, že cestovní kanceláře a agentury v regionu Benešovska poskytují málo slev pro seniory a mají připraveno málo speciálních akcí pro tuto skupinu klientů. Někteří respondenti také nebyli spokojeni s cenami nabízených produktů.

Seznam obrázků a grafů

Obr. č. 1: Logo Cestovní kanceláře PET-TOUR, s. r. o.

Obr. č. 2: Logo Cestovní agentury Yvetta

Obr. č. 3: Logo Cestovní agentury Klára

Tabulka č. 1: Přehled slev pro seniory Cestovní agentury Yvetta

Graf č. 1: Přehled počtu nezaměstnaných podle věku za rok 2010

Graf č. 2: Názory obyvatel České republiky na přiměřenost výše důchodů

Graf č. 3: Rozdělení respondentů podle pohlaví

Graf č. 4: Rozdělení respondentů podle věku

Graf č. 5: Rozdělení respondentů podle jejich zájmu o cestování

Graf č. 6: Preference respondentů při zařizování zájezdu

Graf č. 7: Rozdělení respondentů podle využití služeb jednotlivých CK/CA

Graf č. 8: Přehled spokojenosti seniorů s nabídkou CK/CA na Benešovsku

Graf č. 9: Rozdělení respondentů podle preference jejich cílové destinace

Graf č. 10: Rozdělení respondentů podle preferovaného doprovodu při zájezdech

Graf č. 11: Rozdělení respondentů podle preferovaného ročního období

Graf č. 12: Důvody nezájmu o cestování dotazovaných seniorů

Seznam použité literatury

Seznam tištěné literatury

JEDLIČKA, Václav a kolektiv autorů: *Praktická gerontologie*. 2. vyd. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 1991. 182 s. ISBN 80-7013-109-8.

JUŘENÍKOVÁ, Petra a kolektiv autorů: *Ošetřovatelství - Chirurgie, pediatrie, gerontologie*. 1. vyd. Uherské Hradiště: L. V. PRINT, 1999. 236 s.

PACOVSKÝ, Vladimír: *Geriatric*. 1. vyd. Praha: Scientia medica, spol. s. r. o., 1994. 152 s. ISBN 80-85526-32-8.

PALATKOVÁ, Monika: *Mezinárodní cestovní ruch*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2011. 224 s. ISBN 978-80-247-3750-8.

Seznam elektronických zdrojů

- [1]: HOLMEROVÁ, Iva a kol. autorů. *Geriatric.cz* [online]. 2007 [cit. 2012-04-01]. Vybrané kapitoly z gerontologie. Dostupné z WWW: <<http://www.geriatric.cz/dokumenty/VybrKapZGerontologie.pdf>>.
- [2]: VAVROŇ, Jiří. *Novinky.cz* [online]. 11. 4. 2012 [cit. 2012-04-12]. Strach ze stáří začíná u Čechů po čtyřicítce, trh práce je už odepsal. Dostupné z WWW: <<http://www.novinky.cz/ekonomika/264049-strach-ze-stari-zacina-u-cechu-po-ctyricitce-trh-prace-je-uz-odepsal.html>>.
- [3]: Vitalion *Lepší informace, lepší zdraví* [online]. [cit. 2012-04-03]. Alzheimerova choroba. Dostupné z WWW: <<http://nemoci.vitalion.cz/alzheimerova-choroba/>>.
- [4]: MLČOCH, Zbyněk. *Poznejte svou nemoc...* [online]. 29. 12. 2008. [cit. 2012-03-30]. Alzheimerova choroba, nemoc – příznaky, projevy, symptomy onemocnění. Dostupné z WWW: <<http://www.priznaky-projevy.cz/psychiatrie/alzheimerova-choroba-nemoc-priznaky-projevy-symptomy-onemocneni>>.
- [5]: *Cestovní kancelář PET-TOUR, s.r.o.* [online]. [cit. 2012-04-12]. ITÁLIE > Bibione. Dostupné z WWW: <<http://www.pet-tour.cz/uvod.html>>.
- [6]: *Cestovní agentura Yvetta.* [online]. [cit. 2012-03-25]. Kontakt. Dostupné z WWW: <<http://www.ca-yvetta.cz/stranky/1:kontakt.html>>.
- [7]: *Cestovní agentura Klára.* [online]. [cit. 2012-04-09]. Dárkové poukazy. Dostupné z WWW: <<http://www.caklara.cz/stranky/10:darkove-poukazy.html>>.
- [8]: *Cestovní agentura Klára.* [online]. [cit. 2012-04-09]. Rajecké Teplice – Hotel Velká Fatra. Dostupné z WWW: <<http://www.caklara.cz/detail-zajezdu/30183954:rajecke-teplice-hotel-velka-fatra-slovensko.html>>.
- [9]: Wikipedia.cz. [online]. 5. 4. 2012. [cit. 2012-04-13]. Šedý zákal. Dostupné z WWW: <http://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%A0ed%C3%BD_z%C3%A1kal>.
- [10]: HOUSER, Pavel. *Science world.* [online]. 31. 5. 2001. [cit. 2012-04-13]. Proč stárneme a umíráme? Dostupné z WWW: <<http://scienceworld.cz/biologie/proc-starneme-a-umirame-4417>>.
- [11]: CHLUPÁČ, Martin. *Brain jogging.* [online]. 26. 5. 2010. [cit. 2012-04-13]. Deset doporučení k prevenci demence a Alzheimerovy choroby. Dostupné z WWW: <<http://www.brainjogging.cz/in-the-news/desetdoporucenikprevencidemenceaalzheimerovychoroby>>.
- [12]: HORT, Jakub. *Tretivek.cz.* [online]. 15. 9. 2006. [cit. 2012-04-13]. Alzheimerova

choroba a prevence. Dostupné z WWW: <<http://www.tretivek.cz/200609/alzheimerova-choroba-prevence/>>.

[13]: VOGELOVÁ, Markéta. *CzechTourism.cz*. [online]. 5. 3. 2009. [cit. 2012-04-14]. Světové trendy v cestovním ruchu – 9. díl: Cestování seniorů. Dostupné z WWW: <<http://www.czechtourism.cz/media/trendy-a-zajimavosti/svetove-trendy-v-cestovnim-ruchu-9-dil-cestovani-senioru.html>>.

[14]: BROŽOVÁ, Karolína. *Mediafax.cz*. [online]. 7. 2. 2011. [cit. 2012-04-14]. Průměrná výše důchodu činila vloni více než 10 tisíc korun. Dostupné z WWW: <<http://www.mediafax.cz/domaci/3168568-Prumerna-vyse-duchodu-cinila-vloni-vice-nez-10-tisic-korun>>.

[15]: KÁLAL, Jan. *Mediafax.cz*. [online]. 20. 3. 2012. [cit. 2012-04-14]. Loni přibylo 54 tisíc důchodců, náklady na penze stouply o 21 miliard. Dostupné z WWW: <<http://www.mediafax.cz/ekonomika/4026929-Loni-pribylo-54-tisic-duchodcu-naklady-na-penze-stouply-o-21-miliard>>.

[16]: STEM – středisko empirických výzkumů. [online]. 28. 11. 2011. [cit. 2012-04-14]. Většina občanů považuje výši důchodů za nedostatečnou. Dostupné z WWW: <<http://www.stem.cz/clanek/2288>>.

[17]: ŠEDĚNKOVÁ, Jana. *Toplekar.cz*. [online]. 12. 6. 2011. [cit. 2012-04-14]. Senioři na cestách. Jak zvládnout dovolenou bez potíží? Dostupné z WWW: <<http://www.toplekar.cz/archiv-clanku/seniori-na-cestach-jak-zvladnout.html>>.

[18]: *Opojisteni.cz*. [online]. 30. 7. 2009. [cit. 2012-04-14]. Srpen je pro cestování seniorů kritický. Dostupné z WWW: <<http://www.opojisteni.cz/rizika/srpen-je-pro-cestovani-senioru-kriticky/>>.

[19]: *Cestovní kancelář PET-TOUR, s.r.o.* [online]. [cit. 2012-04-18]. Italské tradice a zvyky. Dostupné z WWW: <<http://www.pet-tour.cz/uvod.html>>.
http://www.pet-tour.cz/italske_tradice_a_zvyky.html

Příloha č. 1 – Dotazník týkající se cestování seniorů v regionu Benešovska

Dobrý den. Ráda bych Vás poprosila o vyplnění následujícího dotazníku, který slouží ke zjištění zájmu seniorů o cestování v regionu Benešovska. Výsledky dotazníku využiji ve své bakalářské práci a odpovědi jsou zcela anonymní. Dotazník obsahuje 10 otázek, u každé otázky zaškrtněte prosím pouze jednu možnost.

Otázka č. 1

Jste:

- a) muž
- b) žena

Otázka č. 2

Do jaké věkové skupiny patříte?

- a) 60 - 64 let
- b) 65 - 69 let
- c) 70 - 74 let
- d) 75 let a více

Otázka č. 3

Cestujete?

- a) ano
- b) ne

V případě odpovědi "ne" přejděte prosím na otázku č. 10.

Otázka č. 4

Raději cestujete:

- a) individuálně
- b) v cestovní kanceláři nebo agenturou

Otázka č. 5

Využil/a jste někdy služeb některé cestovní kanceláře nebo agentury v regionu Benešovska? Pokud ano, uveďte prosím její název

- a) ano – jednalo se o...
- b) ne

Otázka č. 6

Jste spokojen/a s nabídkou cestovních kanceláří a agentur v regionu Benešovska?

- a) ano
- b) ne, vadilo mi... (uveďte prosím, s čím konkrétně jste byl/a nespokojen/a)

Otázka č. 7

Cestujete raději po České republice, nebo upřednostňujete zahraniční zájezdy?

- a) po České republice
- b) zahraniční zájezdy

Otázka č. 8

S kým nejčastěji cestujete?

- a) sám/sama
- b) s rodinou
- c) s přáteli
- d) s partnerem

Otázka č. 9

Ve které části roku nejčastěji cestujete?

- a) kdykoli
- b) v létě
- c) v zimě

Otázka č. 10

V otázce č. 3 jste uvedl/a, že necestujete. Uveďte prosím, z jakých důvodů.

- a) zdravotní
- b) finanční
- c) nezájem o cestování
- d) jiný důvod

Děkuji za vyplnění dotazníku a přeji hezký den.