Redakcja:
Sara Smyczek

Opracowanie:
Teresa Czerwińska
Danuta Dominik
Elżbieta Poćwiardowska-Szmyt
Elżbieta Smyk
Barbara Święcicka, Janina Walendziak

TORUŃ / 2018

Życie towarzyskie seniorów w Świeciu

Zwyczaje, wzorce i przyzwyczajenia

UTW w Świeciu

INDID

Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

Życie towarzyskie seniorów w Świeciu

Zwyczaje, wzorce i przyzwyczajenia

Redakcja: Sara Smyczek

Opracowanie: Teresa Czerwińska, Danuta Dominik, Elżbieta Poćwiardowska-Szmyt, Elżbieta Smyk, Barbara Święcicka, Janina Walendziak

Projekt graficzny, skład i łamanie:
Patrycja Krawczyk & Kompot Studio

Zdjęcie na okładce: shutterstock.com

Druk: Pracownia Sztuk Plastycznych, sp. z o.o.

Niniejsza publikacja powstała w ramach projektu „**Senior też badacz!** Podnoszenie kompetencji osób starszych i włączanie ich w działania badawcze i analityczne z zakresu nauk społecznych, medioznawstwa i nauk o dziennikarstwie" finansowanego ze środków Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego w ramach konkursu Wsparcie Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Publikacja jest dostępna na licencji **Creative Commons** Uznanie autorstwa 3.0 Polska

Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego

ISBN 978-83-952071-0-5

Toruń 2018

Spis treści:

Wprowadzenie 2
Wstęp redaktora 8
Życie towarzyskie seniorów w Świeciu – zwyczaje, wzorce i przyzwyczajenia 14
Wstęp – informacje o badaniu 14
Charakterystyka próby badawczej 14
Czas wolny seniorów 18
Czas wolny seniorów w zależności od płci 20
Czas wolny seniorów w zależności od wieku 23
Aktywności seniorów w czasie wolnym 28
Oglądanie telewizji przez seniorów w czasie wolnym 30
Aktywne spędzanie czasu wolnego przez seniorów 38
Korzystanie z innych rozrywek przez seniorów w czasie wolnym 44
Wzorce zachowań towarzyskich seniorów w Świeciu 52
Spędzanie czasu wolnego z rodziną 58
Korzystanie z zajęć dodatkowych przez seniorów 65
Przynależność seniorów do podmiotów zrzeszających osoby starsze ... 76
Aktywności podejmowane wyłącznie w towarzystwie 92
Podsumowanie 95
Załącznik nr 1 – kwestionariusz ankiety **102**
Załącznik nr 2 – zdjęcia **106**

Wprowadzenie

Zespół Instytutu Dyskursu i Dialogu

Z nieskrywaną radością i dumą oddajemy w ręce Szanownego Czytelnika publikację, która jest owocem kilkumiesięcznej, intensywnej pracy seniorów, wykładowców i koordynatorów w ramach projektu „Senior też badacz! Podnoszenie kompetencji osób starszych i włączanie ich w działania badawcze i analityczne z zakresu nauk społecznych, medioznawstwa i nauk o dziennikarstwie". Słuchacze sześciu Uniwersytetów Trzeciego Wieku z województwa kujawsko-pomorskiego, które wzięły w nim udział, przez blisko pół roku przeżywali przygodę polegającą na wcielaniu się w rolę badaczy świata społecznego i patrzeniu nań zupełnie innymi oczami niż dotychczas. Pozytywna energia, jaka wytworzyła się w trakcie działań projektowych, przeszła nasze najśmielsze oczekiwania, a owoce działań prezentujemy w niniejszym raporcie, będącym jedną z sześciu publikacji, które zostały opracowane wspólnie przez seniorów i Zespół INDID.

Głównym założeniem projektu było stopniowe zachęcanie osób starszych do zainteresowania się naukami społecznymi – w zdecydowanej większości kompletnie im dotychczas obcymi.

Nie było to zadanie łatwe. Kiedy zaczynaliśmy działania cyklem wykładów z socjologii, seniorzy początkowo sceptycznie patrzyli na te poczynania. Nie byli bowiem pewni, jak sytuacja dalej się rozwinie. Szybko jednak okazało się, że wykładowcy, którzy opowiadali w sposób przystępny o ciekawych zjawiskach ze świata społecznego, przekonali ich do wspólnych dyskusji, wymiany poglądów i realnego zaangażowania. Takie pojęcia jak „kontrola społeczna", „grupa społeczna" czy „próba badawcza", nie stanowią już dla uczestników projektu żadnej tajemnicy. Otworzyli się oni na perspektywę, która umożliwia im dostrzeżenie w życiu codziennym wielu ciekawych zjawisk, jakich dotychczas nie zauważali. Podczas kolejnych rozmów kuluarowych, w trakcie przerw między wykładami, widać było zwiększające się zainteresowanie omawianymi przez wykładowców zagadnieniami.

Jednak faza wykładów to był dopiero początek działań, podczas której seniorzy mieli niejako „nasiąknąć" wiedzą, dzięki której możliwe było ich dalsze zaangażowanie w projekt. Po czterech spotkaniach wykładowych w każdym UTW, w trakcie których zapoznali się oni z podstawami nauk społecznych, metodologii, medioznawstwa i nauk o dziennikarstwie, przyszedł czas na fazę warsztatową, której podstawowym celem było zainspirowanie osób starszych do skonstruowania własnego miniprojektu badawczego i zbadania tego wycinka rzeczywistości społecznej, który ich najbardziej interesował. I znowu należy tu bardzo wyraźnie podkreślić, że początkowo część seniorów z obawą podchodziła do tak zarysowanego zadania. Owe bariery warsztatowcy musieli przełamywać w każdym UTW w trakcie trzech kolejnych spotkań. Nie było to zadanie łatwe, ale

zakończyło się pełnym sukcesem – we wszystkich ośrodkach słuchacze zdecydowali się na wybór odpowiedniego tematu badania i dostosowali do niego odpowiednie metody i techniki badawcze. Sporym zaskoczeniem był fakt znacznej rozpiętości tematycznej proponowanych do badania zagadnień. Uczestnicy projektu z jednej strony zainteresowali się dziennikarstwem jako takim, z drugiej przekazami reklamowymi, a jeszcze z innej dialogiem międzypokoleniowym, potrzebami seniorów czy ich życiem towarzyskim. W całym projekcie zastosowane zostało całe spektrum różnych podejść badawczych: od badań ilościowych za pomocą kwestionariusza ankiety, poprzez indywidualne wywiady pogłębione (badanie jakościowe) aż po analizę treści reklam występujących w mediach.

Projektowanie badania przebiegło pomyślnie w każdym ośrodku, ale bezsprzecznie najtrudniejszym – i zupełnie nowym – wyzwaniem było dla seniorów samo jego przeprowadzenie. Na każdym etapie realizacji miniprojektu: od zbierania danych, poprzez ich analizę i obróbkę, aż po opisywanie wyników w raporcie, który Szanowny Czytelnik trzyma właśnie w dłoniach, towarzyszyliśmy im jako mentorzy i pomagaliśmy w najtrudniejszych momentach. Zbieranie ankiet, przeprowadzanie wywiadów pogłębionych czy analizowanie reklam tylko z pozoru wydaje się być prostym zadaniem. Samo zaś tworzenie wykresów, analizowanie czy opisywanie wyników dla niejednego seniora jawiło się jako wyzwanie ponad siły. Wspólnie, dzięki dobrej współpracy, okazało się to jednak zadaniem wykonalnym. Ocena efektu końcowego należy do Szanownego Czytelnika, prosimy jednak o wyrozumiałość i uwzględnienie faktu, że dla niejednego

seniora była to pierwsza i być może ostatnia tego typu aktywność w ich „karierze zawodowej". Realizacja badań społecznych przez amatorów na emeryturze to ewenement na skalę światową, wart wielokrotnego podkreślenia i docenienia. Na zawsze pozostanie on w życiorysach uczestników projektu.

Nie da się ukryć, że bez całej grupy osób, które zaangażowały się w realizację projektu o nieco zadziornym tytule „Senior też Badacz!", nie byłaby możliwa jego realizacja. Szczególne podziękowania kierujemy do wykładowców i warsztatowców: prof. Radosława Sojaka, dr. hab. Łukasza Afeltowicza, dr. hab. Pawła Bohuszewicza, dr. hab. Rafała Moczkodana, dr. hab. Radosława Siomy, dr hab. Iwony Kaproń-Charzyńskiej, dr. Macieja Gurtowskiego, dr Marty Karwackiej, dr Katarzyny Suwady, dr. Krzysztofa Wasielewskiego, dr Anny Wójtewicz oraz dr. Michała Wróblewskiego. Wielkie słowa uznania należą się także dr Wiesławie Duży za ciekawe inspiracje oraz dr. Arkadiuszowi Peisertowi, który przygotował raport z badania ewaluacyjnego. Dziękujemy także redakcji TVP Bydgoszcz, Pracowni Zrównoważonego Rozwoju i firmie Press Service Monitoring Mediów za możliwość pokazania seniorom ciekawych aktywności zawodowych, niejako od kuchni. Za pyszny catering podczas zajęć dziękujemy zwłaszcza firmom: Zakład Usług Gastronomicznych Adam Arbart z Kowalewa Pomorskiego, Raj Cafe z Torunia (niestety już nie prowadzi działalności), Kona Coast z Torunia, Restauracja Spiżarnia ze Świecia i Europejskie Centrum Wymiany Młodzieży z Chełmna. Piękną oprawę graficzną raportów zawdzięczamy inicjatywie Kompot Studio, a materiały promocyjne Agencji Reklamy i Druku CURSOR, ze szczególnym uwzględnieniem Dariusza Kapronia.

Last but not least dziękujemy wszystkim Uniwersytetom Trzeciego Wieku współpracującym z nami w trakcie projektu za udział w tej niesamowitej przygodzie: Kujawsko-Dobrzyńskiemu Uniwersytetowi Trzeciego Wieku (oddział w Aleksandrowie Kujawskim), Golubsko-Dobrzyńskiemu Uniwersytetowi Trzeciego Wieku, Uniwersytetowi Trzeciego Wieku przy Spółdzielczym Ośrodku Kultury „Stokrotka", Uniwersytetowi Trzeciego Wieku przy Chełmińskim Domu Kultury, Uniwersytetowi Trzeciego Wieku w gminie Zbójno przy bibliotece publicznej w Zbójnie oraz Uniwersytetowi Trzeciego Wieku przy Kamienicy Inicjatyw, prowadzonej przez fundację Archipelag Inicjatyw.

Mamy nadzieję, że udział w projekcie choć odrobinę zmieni sposób postrzegania rzeczywistości przez seniorów na ciekawszy i bardziej wielowymiarowy. Wierzymy głęboko, że odnajdą oni w sobie ciekawość świata i zaczną dostrzegać to, jak wiele fascynujących zjawisk kryje w sobie świat społeczny. Marzy nam się, żeby byli oni bardziej odporni na wszelkie formy manipulacji w mediach, żeby byli świadomi zagrożeń czyhających na nich wokoło ze strony osób i podmiotów o niecnych zamiarach oraz żeby poczuli podmiotowość umożliwiającą im tworzenie własnych, niezależnych inicjatyw, pozwalających wykorzystać ich niezwykle bogate doświadczenie życiowe. Ten projekt – mimo, że kończy się 31 października 2018 – jest dopiero początkiem dobrych działań, jakie Instytut Dyskursu i Dialogu zamierza prowadzić wobec seniorów. Jest to bowiem grupa społeczna, która w naszej bezsprzecznej opinii zasługuje na niejednokrotne docenienie i uznanie w oczach całego społeczeństwa.

Październik 2018
Filip A. Gołębiewski
Agnieszka Łazicka
Sara Smyczek
Piotr A. Zwarycz

Wstęp redaktora

Sara Smyczek

Spółdzielczy Ośrodek Kultury „Stokrotka" w Świeciu, to prężnie działająca instytucja, która wśród swoich inicjatyw realizuje, między innymi, działania poświęcone seniorom. Na przełomie listopada/grudnia 2017 pani Grażyna Styczeń, podpisując list intencyjny ws. projektu „Senior też Badacz!", zapewne nie zdawała sobie do końca sprawy z tego jak wielki jest rozmach planowanego przedsięwzięcia. Co więcej, kiedy okazało się, że zostało ono dofinansowane, nie była pewna o jakie działanie chodzi. Szybko jednak wątpliwości zostały rozwiane i zabraliśmy się do ciężkiej, acz niezwykle przyjemnej pracy.

Początek realizacji projektu we współpracy z Uniwersytetem Trzeciego Wieku przy SOK „Stokrotka" nie zapowiadał sukcesu, jakim bez cienia wątpliwości okazała się współpraca z lokalnymi seniorami. Skala wyzwań, które czekały nas wszystkich – zarówno organizatorów jak i (a może przede wszystkim) uczestników projektu – była imponująca. Celem projektu było wzbudzenie w osobach starszych perspektywy badacza, sprowokowanie ich do popatrzenia na otaczającą rzeczywistość

z wnikliwością odkrywcy. Jednak zanim to osiągnęliśmy trzeba było zadbać o rzeczy najdrobniejsze – ustalenie harmonogramu zajęć, zorganizowanie cateringu, a przede wszystkim przekonanie seniorów, że… warto! Spróbować czegoś nieszablonowego – innego niż zazwyczaj. Zmienić odrobinę swoje patrzenie na świat i, niejako z lotu ptaka, uchwycić szerszy pejzaż.

Cykl zajęć otwierały dwa spotkania, których tematyka obejmowała wprowadzenie do nauk społecznych. Na początku pierwszego wykładu prowadzący wyjął pogniecioną książkę „Zaproszenie do socjologii" Petera L. Bergera i zaczął opowiadać o tym jak zainspirowała go ona kilkanaście lat temu do pogłębionego namysłu nad społeczeństwem. Słuchający z uwagą seniorzy z każdą minutą wyglądali na coraz bardziej zainteresowanych. Za pomocą zaczerpniętych z życia codziennego przykładów Filip Gołębiewski w ciekawy sposób tłumaczył seniorom podstawowe terminy socjologiczne takie jak: grupa społeczna, normy społeczne oraz kontrola społeczna. Interaktywny sposób prowadzenia zajęć zachęcił z początku onieśmielonych uczestników wykładu do zabierania głosu i aktywnego uczestnictwa w spotkaniu. Po drugim wykładzie słuchacze zadawali pytania o tematykę kolejnych zajęć, dopytywali o osobę wykładowcy. Wyraźnie wzrosło ich zainteresowanie przedmiotem projektu, podczas każdego wykładu uważnie słuchali, zadawali pytania, a sporo osób nawet sporządzało notatki.

Trzeci wykład poprowadził dr hab. Rafał Moczkodan, który wprowadził seniorów w meandry stylu i jego znaczenia. Uczestnicy wykładu, którzy na początku z nieufnością słuchali

wywodu prowadzącego po godzinie wspólnie z nim zanosili się śmiechem wymyślając rozmaite rozwinięcia historyjki o dziewczynie, która siedzi na dworcu. Zadaniem seniorów było wzbogacenie tej opowieści o różne elementy (wygląd i zachowanie dziewczyny, pora dnia, wygląd dworca), które miały oddziaływać na wyobraźnię odbiorcy. To było tylko jedno z wielu ćwiczeń, które wykładowca przygotował dla słuchaczy. Dzięki temu spotkaniu uczestnicy poznali różne style języka, a przede wszystkim doświadczyli w praktyce możliwości, jakie niesie umiejętne posługiwanie się nimi. Czwarty, a zarazem ostatni wykład poprowadził dr hab. Paweł Bohuszewicz, który przybliżył uczestnikom tematykę social-mediów, fake newsów oraz post-prawdy. Dla większości seniorów była to problematyka obca, ale dzięki przystępnej formie wykładu oraz posługiwaniu się przykładami zaprezentowanymi na prezentacji multimedialnej, wykład ten okazał się bardzo ważny pod kątem nabywania nowej wiedzy i uwrażliwienia osób starszych na negatywne zjawiska występujące w mediach.

Po zakończeniu fazy wykładowej harmonogram projektu przewidywał rozpoczęcie cyklu warsztatów, składającego się z trzech spotkań. Celem tego etapu projektu było przygotowanie wyposażonych w podstawowy zakres wiedzy seniorów do skonstruowania i realizacji własnego projektu badawczego. Pierwszy warsztat poprowadziła dr Marta Karwacka, która zaprezentowała rodzaje technik badawczych oraz omówiła sposoby zbierania i analizowania danych. Punktem o wielkiej doniosłości dla realizacji całego projektu był wspólny wybór tematu mini-projektu badawczego, który słuchacze UTW mieli

później zrealizować. Okazało się to jednak nie lada wyzwaniem, gdyż seniorzy ze Świecia mieli głowy pełne pomysłów! Od pomysłu badania osób starszych jako konsumentów, poprzez problem nadmiernego używania komputerów przez młodzież aż po tematykę życia towarzyskiego seniorów w ich rodzinnym mieście. W drodze najbardziej demokratycznej metody, tj. głosowania, w drugiej turze został wybrany trzeci pomysł – uczestnicy projektu postanowili zbadać jak wygląda życie towarzyskie seniorów w Świeciu.

Kolejne dwa warsztaty, poprowadzone przez Filipa Gołębiewskiego oraz dr Macieja Gurtowskiego były głównie poświęcone przygotowaniom do przeprowadzenia badania. Słuchacze UTW bardzo aktywnie uczestniczyli na każdym z etapów przygotowań. Stanęli przed takimi pytaniami jak: w jaki sposób dowiedzieć się jak wygląda życie towarzyskie seniorów w Świeciu? Jakiego użyć w tym celu narzędzia i jaką drogą dotrzeć do uczestników badania? Uczestnikom projektu, dzięki nabytej podczas wykładów oraz wparciu prowadzących, udało się odpowiedzieć na powyższe pytania. Po skonstruowaniu narzędzia badawczego w postaci ankiety, omówienia jej z seniorami oraz wydrukowaniu prawie 160 sztuk nie pozostało nic innego jak przejść do kolejnego etapu tj. zbierania danych.

W przeprowadzenie wywiadów ankietowych zaangażowało się 18 osób, którym należą się gorące podziękowania. Słowa uznania kieruję w stronę pań: Teresy Bąk, Teresy Czerwińskiej, Danuty Dominik, Stefanii Felczykowskiej, Heleny Gwiazdowskiej, Lucyny Jerchy, Krystyny Kusiorskiej, Anny Kuziemskiej, Urszuli Mroczek, Danuty Myk, Krystyny Nitki, Elżbiety Poćwiardowskiej-Szmyt,

Seweryny Rodziewicz, Anny Rozmus, Grażyny Smyk, Barbary Święcickiej, Janiny Walendziak, Danuty Woźniak oraz Zyty Wójcik. Wskutek wielkiego zaangażowania w realizację badania Panie przeprowadziły prawie 160 wywiadów bezpośrednich. W tym celu prosiły swoich znajomych o wypełnienie ankiety, lecz w głównej mierze rzeczywiście wcieliły się w rolę badacza, który z towarzyszącą mu ciekawością poznaje nowe osoby i stara się zrozumieć ich punkt widzenia.

Podczas spotkania mentoringowego, które odbyło się na początku sierpnia seniorki przekazały zebrane ankiety i podzieliły się wrażeniami z realizacji badania „w terenie". Na uznanie zasługuje ich zapał, ale także sumienność, z jaką podeszły do postawionego przed nimi zadania. Niektóre z kobiet świadomie wybierały respondentów o różnym wieku, płci czy miejscu zamieszkania aby urozmaicić próbę badawczą. Następne etapy realizacji projektu badawczego zapowiadały ciężką i żmudną pracę, ponieważ po analizie zebranych danych przed uczestniczkami projektu stało zadanie opisania wyników przedstawionych na wykresach i sformułowania wniosków. W to najbardziej wymagające czasu i poświęcenia wyzwanie zaangażowały się seniorki, które są autorkami spoczywającego w Państwa rękach raportu panie: Teresa Czerwińska, Danuta Dominik, Elżbieta Poćwiardowska-Szmyt, Elżbieta Smyk, Barbarka Święcicka oraz Janina Walendziak. Wymienione wyżej panie zaimponowały swoją postawą, którą, niezależnie od pojawiających się trudności, cechowało pogodne podejście, rzetelność, staranność i pracowitość. Trudno nie poświęcić odrębnego zdania pani Basi Święcickiej, której zaangażowanie i pozytywna energia przeszły nasze najśmielsze

oczekiwania. Jak wspominano na początku, współpraca z Uniwersytetem w Świeciu okazała się wielkim sukcesem. Tak jest w istocie, ten sukces spoczywa w Państwa dłoniach.

Życie towarzyskie seniorów w Świeciu

Zwyczaje, wzorce i przyzwyczajenia

Opracowanie: Teresa Czerwińska, Danuta Dominik, Elżbieta Poćwiardowska-Szmyt, Elżbieta Smyk, Barbara Święcicka, Janina Walendziak

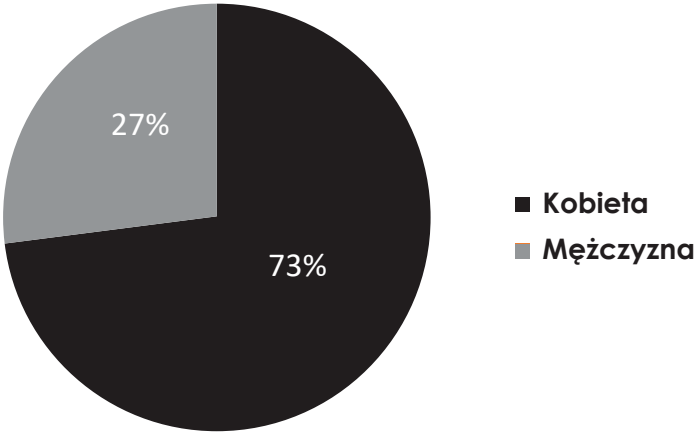
Wstęp – informacje o badaniu

Badanie zostało przeprowadzone wśród seniorów w mieście Świecie i jego okolicach w lipcu 2018 roku. Badanie zostało przeprowadzone w formie wywiadu bezpośredniego – kwestionariusza ankiety. W działania badawcze zaangażowanych było 18 osób uczestniczących w projekcie „Senior też badacz! Podnoszenie kompetencji osób starszych i włączanie ich w działania badawcze i analityczne z zakresu nauk społecznych, medioznawstwa i nauk o dziennikarstwie".

Charakterystyka próby badawczej

W badaniu wzięło udział 159 respondentów, 116 kobiet i 43 mężczyzn.

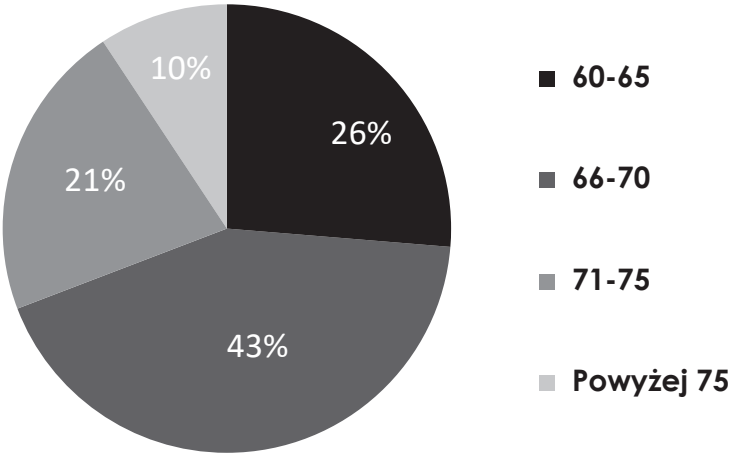
Badani w podziale na płeć



N=159

Jak wynika z wykresu, kobiety stanowią zdecydowaną większość (73%) badanych, do których dotarli ankieterzy, mężczyźni natomiast stanowią nieliczną grupę tylko 27%.

Badani w podziale na wiek

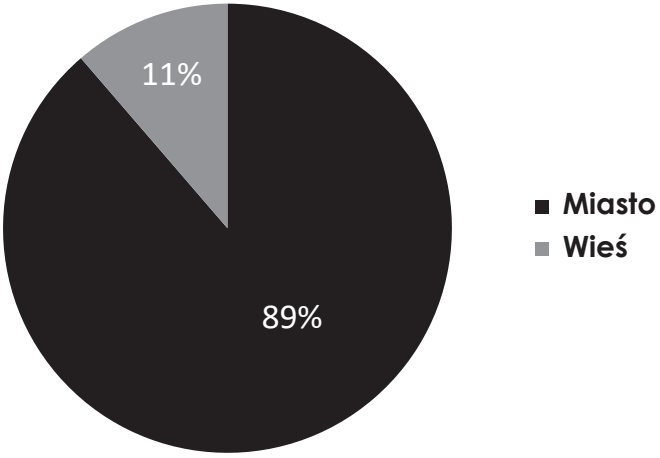


N=159

Osoby ankietowane zostały podzielone na cztery grupy wiekowe: 60-65 lat, 66-70 lat, 71-75 lat oraz powyżej 75 lat. Warto zwrócić uwagę, że prawie połowa seniorów poddanych próbie badawczej to seniorzy w przedziale wiekowym 66-70 lat (43%). Może to wynikać z tego, że jest to grupa wiekowa, do której najłatwiej można było dotrzeć. Tworzą ją ludzie o dobrej kondycji zdrowotnej, dlatego można ich często spotkać w przestrzeni publicznej. Ponadto ankieterzy, którzy realizowali badanie znajdowali się w podobnym wieku, można zatem przypuszczać, że dobierając próbę wybrali respondentów zbliżonych do nich wiekiem. Drugą z kolei grupą były osoby starsze w przedziale wiekowym 60-65 lat (26%). 21% ankietowanych stanowiła grupa seniorów w wieku 71-75 lat. Najmniejszą grupę badanych stanowiły osoby powyżej 75 roku życia (10%).

Badaniu, przy zastosowaniu kwestionariusza ankiety, poddano respondentów zamieszkujących zarówno w mieście, jak i na wsi.

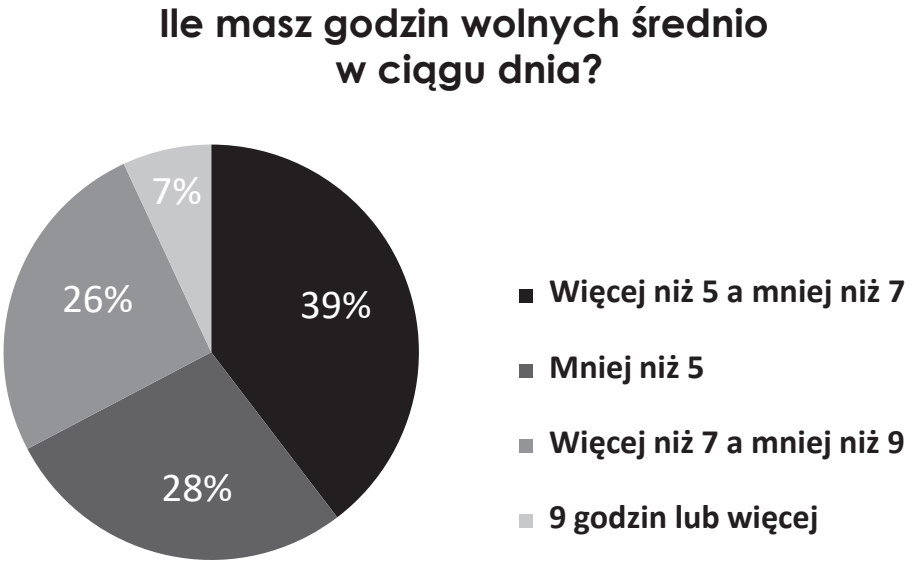
Badani w podziale na miejsce zamieszkania



N=159

Należy zwrócić uwagę na fakt, że zdecydowana większość ankietowanych zamieszkuje w mieście, co może wynikać z tego, że miejsce zamieszkania osób przeprowadzających badanie w znacznej mierze również znajduje się na obszarze miejskim, zatem łatwiej było im dotrzeć do respondentów. Tylko 11% badanych to seniorzy zamieszkujący na wsi.

Zadaliśmy seniorom pytanie o to ile mają czasu wolnego w ciągu dnia. Czas wolny oznacza w tym przypadku czas, którzy seniorzy po wykonaniu swoich codziennych obowiązków związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego i opieką nad wnukami mogą dowolnie zagospodarować m.in. poprzez odpoczynek, aktywność fizyczną czy rozwój zainteresowań.



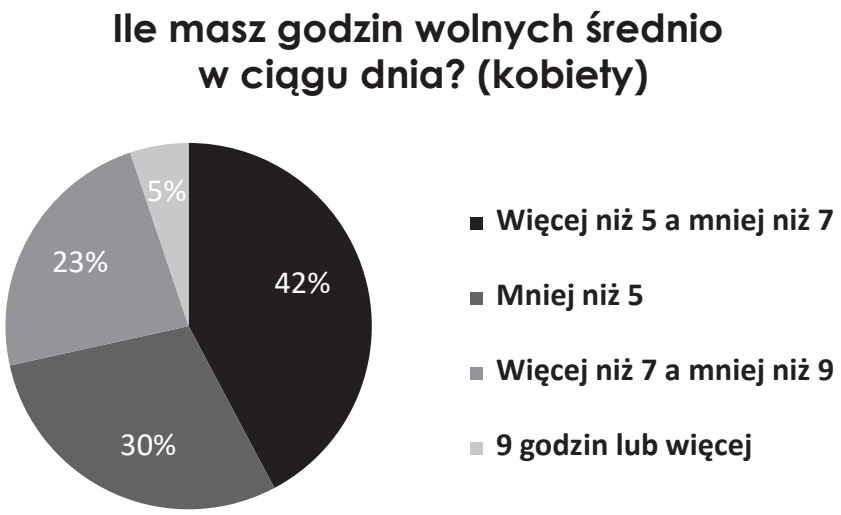
N=159

Jak wynika z przeprowadzonego badania znaczna grupa seniorów dysponuje więcej niż 5 a mniej niż 7 godzinami wolnymi w ciągu dnia (39%). Drugą grupą są osoby dysponujące wolnym czasem w wymiarze mniej niż 5 godzin dziennie (28%). Więcej niż 7 a mniej niż 9 godzinami wolnego czasu w ciągu dnia ma 26% badanych. Najmniejszą grupę stanowią osoby, które dysponują

9 godzinami i więcej czasu wolnego w ciągu dnia (7%). Można zatem wywnioskować, że osoby starsze, pomimo zakończenia kariery zawodowej, są całkiem zajętymi osobami. Przyczynami tego zjawiska może być obciążanie seniorów obowiązkami związanymi z opieką nad wnukami oraz podejmowanie leczenia w ośrodkach leczniczych.

Czas wolny seniorów w zależności od płci

Kwestię ilości czasu wolnego dnia postanowiono przedstawić w powiązaniu z płcią respondentów. W pierwszej kolejności zapytane zostały kobiety w wieku senioralnym o to jakim wymiarem czasu wolnego dysponują w ciągu dnia.

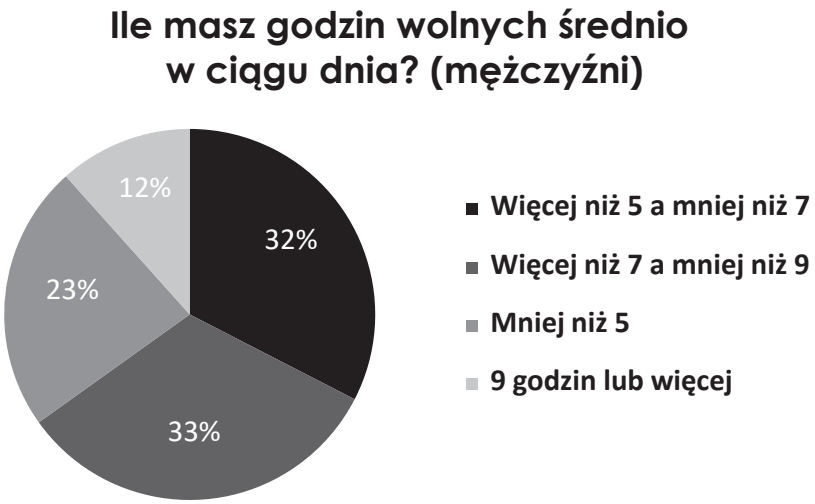


N=116

Z powyższego wykresu wynika, że aż ponad 70% kobiet ma mniej niż 7 godzin czasu wolnego w ciągu dnia, z czego 42% ma więcej niż 5 godzin a mniej niż 7 godzin wolnych w ciągu dnia, a 30% - mniej niż 5 godzin wolnych w ciągu dnia. Więcej niż 7 godzin a mniej niż 9 godzin ma 23% biorących udział w badaniu kobiet. Najniższy odsetek reprezentują kobiety mające 9 i więcej godzin czasu wolnego (5%). Można sformułować wniosek, że

kobiety w wieku senioralnym prowadzą bardzo zajęty tryb życia. Prace wykonywane w domu i ogrodzie, opieka nad bliskimi oraz wychowanie wnucząt prawdopodobnie pochłania znaczną część ich czasu.

Następnie, w celu skonfrontowania uzyskanych wyników, pytanie o ilość godzin wolnego czasu w ciągu dnia skierowaliśmy do mężczyzn. Odpowiedzi są przedstawione na poniższym wykresie.



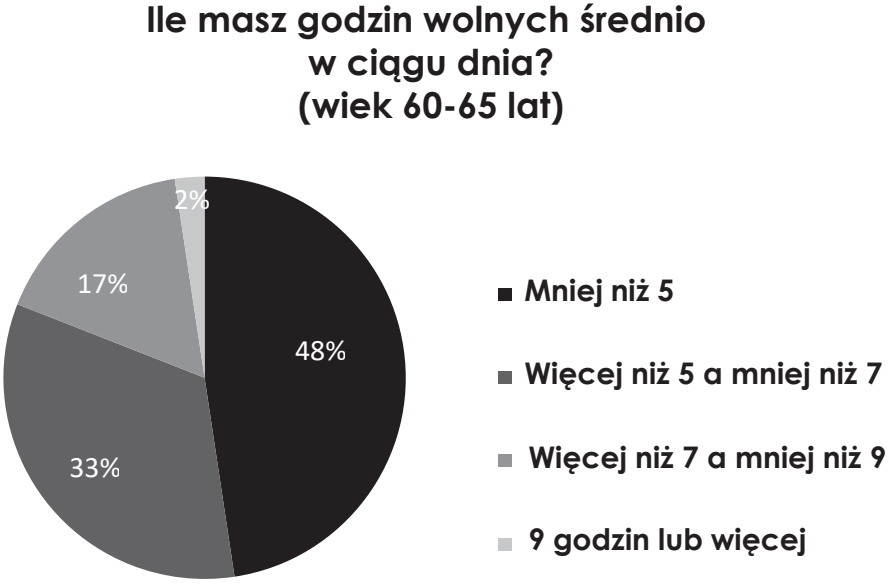
N=43

Z badania wynika, że 33% mężczyzn dysponuje więcej niż 7 a mniej niż 9 godzinami czasu wolnego w ciągu dnia, natomiast więcej niż 5 a mniej niż 7 godzin czasu wolnego ma 32% badanych. Kolejną grupą są mężczyźni, którzy posiadają mniej niż 5 godzin średnio czasu wolnego (23%). 9 godzin lub więcej wolnego czasu ma zaledwie 12% respondentów.

Porównując ilość godzin czasu wolnego w ciągu dnia, którymi dysponują kobiety i mężczyźni, warto zwrócić uwagę na fakt, że najczęściej pojawiającą się odpowiedzią wśród kobiet było „Więcej niż 5 a mniej niż 7" (42%), natomiast wśród mężczyzn: „Więcej niż 7 a mniej niż 9" (33%). Wyraźną różnicę można zaobserwować zestawiając ze sobą grupy osób, które mają 9 godzin lub więcej wolnego czasu w ciągu dnia – takiej odpowiedzi udzieliło 12% mężczyzn, a kobiet jedynie 5%. Prawdopodobnie zjawisko to wynika z tego, że zazwyczaj znaczna część obowiązków domowych spoczywa na kobietach.

Czas wolny seniorów w zależności od wieku

Ilość czasu wolnego, jakim dysponują seniorzy w ciągu dnia postanowiliśmy przedstawić w zależności od wieku celem sprawdzenia czy to kryterium ma wpływ na badaną przez nas kwestię. Zapytaliśmy seniorów w wieku 60-65 lat ile mają godzin wolnego czasu w ciągu dnia. W badaniu wzięło udział 42 respondentów. Zebrane dane zostały przedstawione na poniższym wykresie.



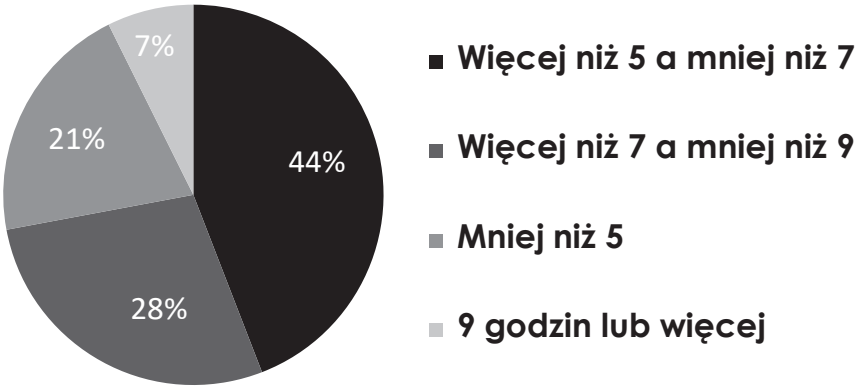
N=42

Warto zwrócić uwagę na to, że prawie połowa (48%) seniorów w wieku 60-65 lat ma mniej niż 5 godzin wolnego czasu w ciągu dnia. Więcej niż 5 a mniej niż 7 godzin ma 33% badanych, natomiast 17% z nich to grupa respondentów dysponująca więcej niż 7 a mniej niż 9 godzinami czasu wolnego w ciągu dnia. Tylko

2% seniorów poddanych próbie badawczej posiada 9 godzin i więcej czasu wolnego. Uprawniony zatem wydaje się wniosek, że seniorzy w wieku 60-65 lat prowadzącą bardzo zajęty tryb życia. Częstym powodem może być obowiązek opieki nad wnukami lub inne zobowiązania. Należy również pamiętać, że w większości są to osoby o dobrej kondycji fizycznej, co pozwala im na podejmowanie różnych aktywności, m.in. rozwój zainteresowań lub podejmowanie zajęć zarobkowych.

Rozmawialiśmy również z seniorami w przedziale wiekowym 66-70 lat na temat ich czasu wolnego w ciągu dnia. Wywiad z użyciem ankiety przeprowadzono z grupą 68 seniorów. Zebrane odpowiedzi przedstawia poniższy wykres .

Ile masz godzin wolnych średnio w ciągu dnia? (wiek 66-70 lat)

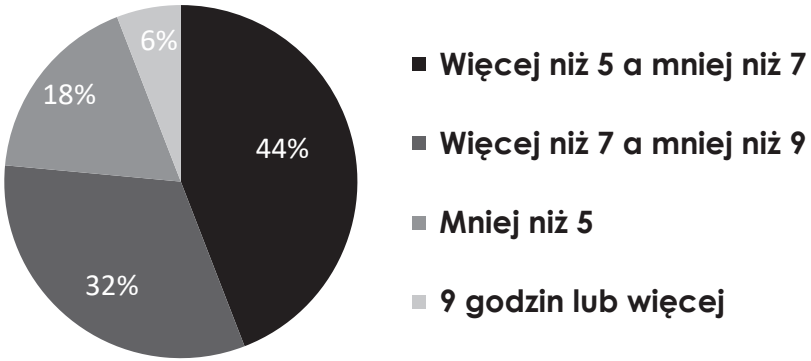


N=68

Na podstawie porównania powyższego wykresu z poprzednim, dotyczącym młodszej grupy wiekowej, możemy zauważyć znaczące różnice. Wśród młodszych seniorów dominowały odpowiedzi „Mniej niż 5", natomiast w tym przedziale wiekowym najczęściej pojawiała się odpowiedź: „Więcej niż 5 a mniej niż 7" (44%). Ponadto, seniorzy dysponujący mniej niż 5 godzinami czasu wolnego stanowią 21% respondentów, podczas gdy w poprzedniej grupie wiekowej grupa ta stanowi 48% badanych. Najmniej liczną grupą, podobnie jak na poprzednim wykresie, są seniorzy mających 9 lub więcej godzin wolnego czasu w ciągu dnia, natomiast tutaj ich odsetek wzrósł do 7%. Można zatem sformułować wniosek, że wraz z biegiem lat seniorzy mają więcej czasu wolnego w ciągu dnia.

Osoby z grupy wiekowej 71-75 lat również zostały zapytane o to ile mają godzin wolnego czasu średnio w ciągu dnia. Badaniu zostały poddane 34 osoby. Dane przedstawia poniższy wykres.

Ile masz godzin wolnych średnio w ciągu dnia? (wiek 71-75 lat)

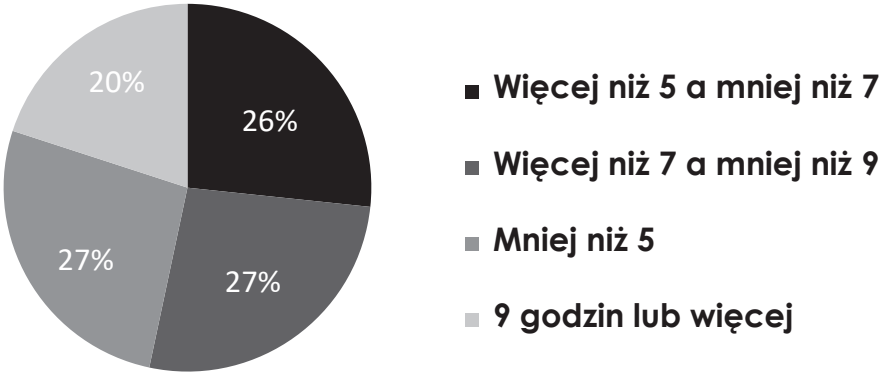


N=34

Na podstawie wykresu można stwierdzić, że 44% respondentów ma więcej niż 5 a mniej niż 7 godzin czasu wolnego w ciągu dnia. Jedna trzecia badanych dysponuje więcej niż 7 a mniej niż 9 godzinami wolnego czasu. Mniej niż 5 godzin czasu wolnego w ciągu dnia ma 18% badanych, natomiast 9 godzin i więcej – 6%. Porównując wykresy nietrudno zauważyć, że jest on bardzo podobny do poprzedniego, dotyczącego seniorów w wieku 66-70 lat. Może to świadczyć o tym, że zakres obowiązków, zwyczaje związane z życiem rodzinnym oraz podejmowane aktywności nie ulegają znacznej zmianie na przestrzeni tych lat.

Kolejna grupa wiekowa, którą zapytaliśmy o ilość godzin wolnego czasu w ciągu dnia to seniorzy w wieku powyżej 75 lat.

Ile masz godzin wolnych średnio w ciągu dnia? (wiek powyżej 75 lat)

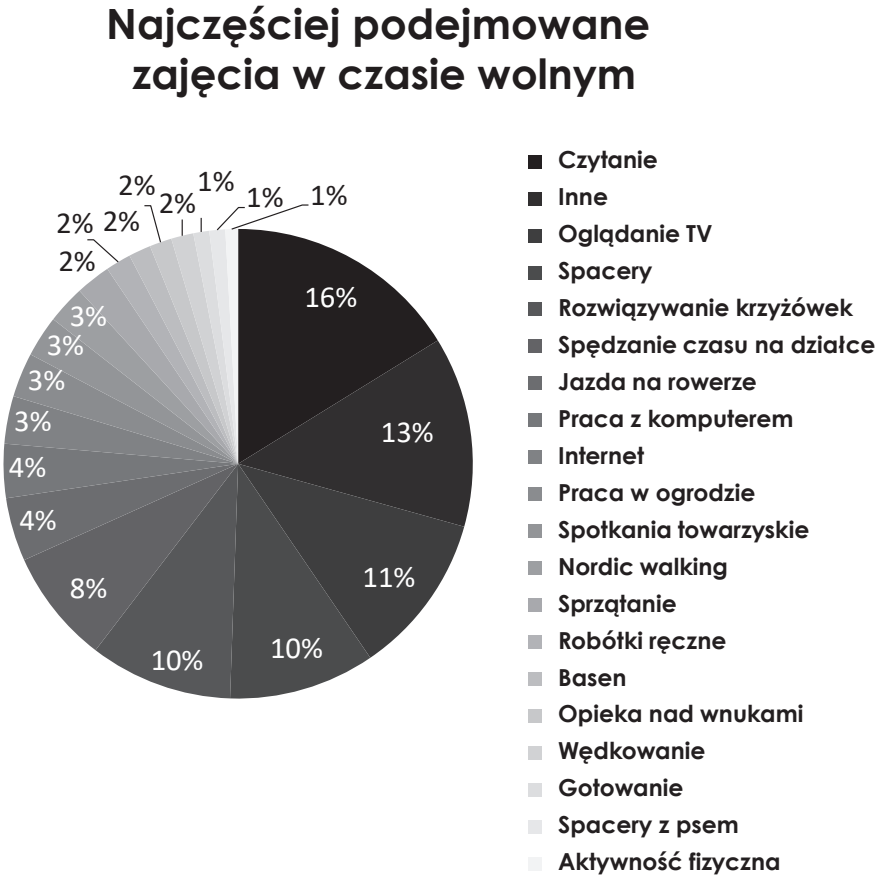


N=15

Z przeprowadzonego badania wynika, że w powyższej grupie wiekowej występują porównywalne grupy dysponujące różnym wymiarem wolnego czasów ciągu dnia. W przeciwności do poprzednich wykresów nie dominuje żadna z odpowiedzi, gdyż każda z grup respondentów stanowi 20% ankietowanych albo nieco ponad. Zarówno osoby, które dysponują w ciągu dnia więcej niż 7 a mniej niż 9 godzinami jak i te, która mają ich mniej niż 5 stanowią 27% badanych. Seniorzy, którzy posiadają więcej niż 5 a mniej niż 7 godzin wolnych w ciągu dnia stanowią 26% respondentów. Pozostałe 20% seniorów to osoby, które mają 9 godzin lub więcej czasu wolnego. Rozbieżności w odpowiedziach mogą wynikać, z tego, że we wspomnianym wieku aktywność seniora w dużej mierze od sprawności fizycznej i psychicznej, a jak wiadomo – jej stopień może być różny.

Aktywności seniorów w czasie wolnym

Podczas badania ankietowego zapytaliśmy seniorów jakie zajęcia najczęściej podejmują w czasie wolnym. Każdy z badanych miał podać trzy aktywności. Należy podkreślić, że respondenci mogli sami, dowolnie formułować odpowiedzi, nie wybierali ich z przygotowanej listy.



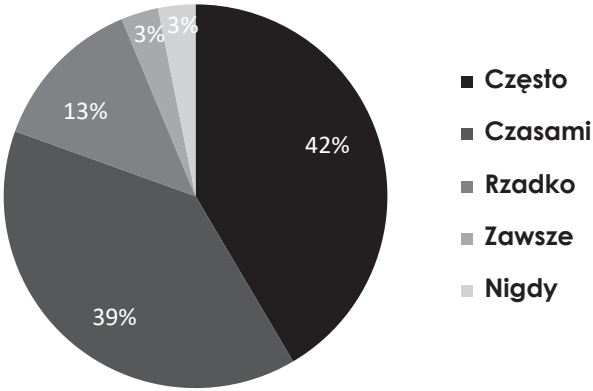
N=457

Najwyższy odsetek seniorów (16%) wolny czas przeznacza na czytanie książek oraz prasy. Z uwagi na to, że seniorzy dowolnie formułowali swoje wypowiedzi znaczna część odpowiedzi pojawiała się incydentalnie, dlatego stworzono kategorie „Inne", która obejmuje następujące aktywności: drzemka (3), gra w karty (3), kino (3), zakupy (3), ćwiczenia gimnastyczne (2), ćwiczenia śpiewu (2), gry komputerowe (2), gry planszowe (2), haftowanie (2), pomoc w gospodarstwie rolnym (2), siłownia na powietrzu (2), uprawa działki (2), zajmowanie się zwierzętami (2), bieganie (1), chodzenie do kościoła (1), działalność społeczna (1), filatelistyka (1), gra na instrumencie (1), gra w szachy (1), grillowanie (1), modlitwa (1), nauka angielskiego (1), numizmatyka (1), odpoczynek (1), odwiedziny bliskich (1), opieka nad najbliższymi (1), pisanie kart i listów (1), praca w ogródku balkonowym (1), pranie (1), prasowanie (1), rozmowy telefoniczne (1), siedzenie na ławce przed blokiem (1), słuchanie muzyki (1), słuchanie radia (1), sudoku (1), udział w imprezach organizowanych przez OKSiR (1), układanie pasjansów (1), wycieczki (1), wyjście do pubu (1), zabiegi rehabilitacyjne (1), zajęcia manualne (1), zajęcia z klubu seniora (1), zbieranie antyków (1). Na podstawie wykresu można wywnioskować, że seniorzy często podejmują aktywności mające na celu rozwój umysłowy (czytanie, praca z komputerem, Internet). Ponadto, można stwierdzić, że duża grupa seniorów korzysta z aktywności, która nie nakłada na nich zobowiązań finansowych. Warto też zauważyć, że więcej niż jedna trzecia seniorów w czasie wolny podejmuje aktywność fizyczną (spacery, spędzanie czasu na działce, jazda na rowerze, praca w ogrodzie, nordic walking, basen, spacery z psem).

Oglądanie telewizji przez seniorów w czasie wolnym

Podczas rozmowy z seniorami zapytaliśmy ich jak często w czasie wolnym oglądają telewizję. Na pytanie odpowiedziało 159 osób. Wyniki przedstawia poniższy wykres.

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję?

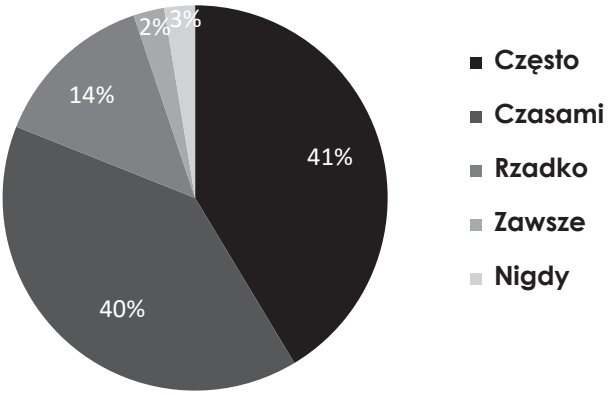


N=159

Wysoce niepokojące jest to, że seniorzy, którzy w ten sposób często spędzają swój wolny czas to prawie połowa, bo aż 42% badanych. Liczną grupę stanowią także seniorzy czasami oglądający telewizję – 39% ankietowanych. 13% respondentów rzadko ogląda telewizję w czasie wolnym. Wysoki odsetek osób, które czasami lub często spędzają wolny czas na oglądaniu telewizji może wynikać z braku zainteresowań, ograniczeń ruchowych lub niechęci do angażowania się w nowe inicjatywy (np. zajęcia w UTW, wycieczka seniorów).

Celem zweryfikowania czy odpowiedzi będą się różnić w zależności od płci respondentów, pytanie o częstotliwość oglądania telewizji w czasie wolnym, zadaliśmy w pierwszej kolejności kobietom w wieku senioralnym. W badaniu brało udział 116 kobiet. Rezultat badania prezentuje poniższy wykres.

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję? (kobiety)



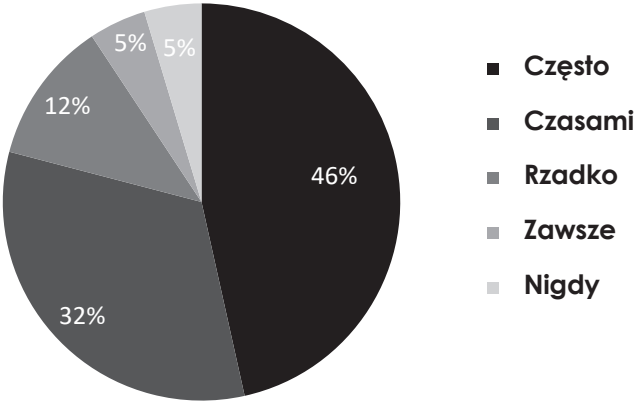
N=116

Warto zwrócić uwagę na to, że pomiędzy powyższym wykresem a tym, który prezentuje wyniki badania całej próby badawczej nie występują znaczne różnice. Zdecydowana większość kobiet ogląda telewizję w czasie wolnym czasami lub często (81%), z tą różnicą, że najczęściej pojawiała się odpowiedź „czasami". Podobieństwo do poprzedniego wykresu obejmuje także odsetek osób, które telewizję oglądają rzadko (14%), zawsze (2%) i nigdy (3%).

Zapytaliśmy mężczyzn jak często w czasie wolnym oglądają

telewizję. W badaniu wzięło udział 43 mężczyzn. Prawie połowa z nich często ogląda telewizję (46%).

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję? (mężczyźni)



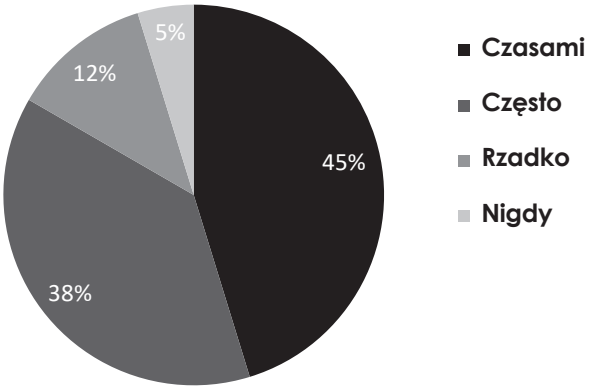
N=43

Blisko połowa ankietowanych mężczyzn deklaruje częste (46%) oglądanie telewizji w czasie wolnym. Porównując wyniki dotyczące obu płci, grupa osób, które często oglądają telewizję w czasie wolnym jest liczniejsza wśród mężczyzn niż wśród kobiet. 32% ankietowanych czasami spędza w wymieniony sposób czas wolny. Osoby, które rzadko swój czas wolny spędzają na oglądaniu telewizji stanowią podobny odsetek zarówno w gronie mężczyzn, jak i kobiet (odpowiednio 12% i 14%). Mężczyźni, którzy spędzają czas wolny przed telewizorem zawsze to 5% ankietowanych, a ta część z nich, która nie robi tego nigdy – również 5%.

Częstotliwość oglądania telewizji w czasie wolnym przez

seniorów postanowiliśmy zbadać także w zależności od wieku ankietowanych. Zapytaliśmy więc seniorów w przedziale wiekowym 60-65 lat jak często w czasie wolnym oglądają telewizję. W badaniu wzięły udział 42 osoby. Najczęstszą odpowiedzią było, że czasami (45%).

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję? (wiek 60-65 lat)

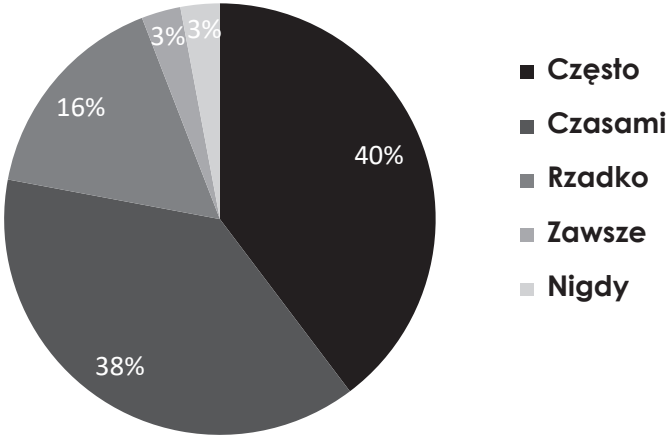


N=42

Na podstawie powyższego wykresu można zauważyć, że zdecydowana większość osób (62%) w tym przedziale wiekowym ogląda telewizję czasami lub rzadziej. 38% seniorów odpowiedziało, że często ogląda telewizję w czasie wolnym. Ponadto należy podkreślić, że wśród ankietowanych nie ma osoby, która zawsze ogląda telewizję w czasie wolnym.

Następną grupą, której zadaliśmy pytanie o częstotliwość spędzania czasu wolnego przed telewizorem jest grupa wiekowa 66-70 lat. Najczęstszą odpowiedzią, w przeciwności do poprzedniego wykresu, było „często" (40%).

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję? (wiek 66-70 lat)

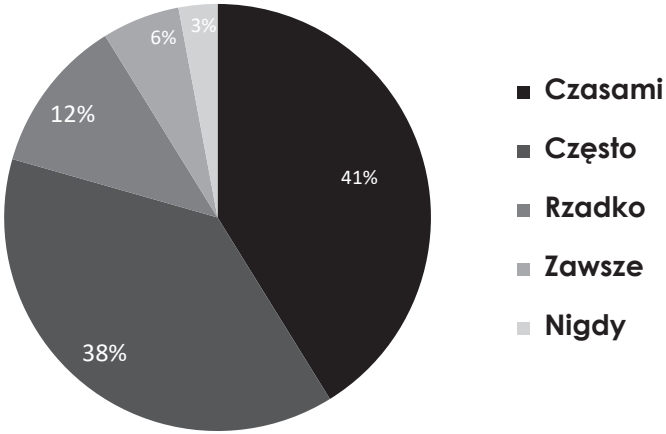


N=68

Można zaobserwować, że w tej grupie wiekowej więcej osób często (40%) ogląda telewizję w czasie wolnym. 38% badanych czasami spędza czas wolny przed telewizorem, a 16% - rzadko. Zarówno osoby, które zawsze oglądają telewizję w czasie wolnym, jak i te, które nigdy tego nie robią stanowią 3% badanych.

Pytanie o częstotliwość oglądania telewizji w czasie wolnym skierowaliśmy także do seniorów w wieku 71-75 lat. W badaniu wzięło udział 34 seniorów.

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję? (wiek 71-75 lat)



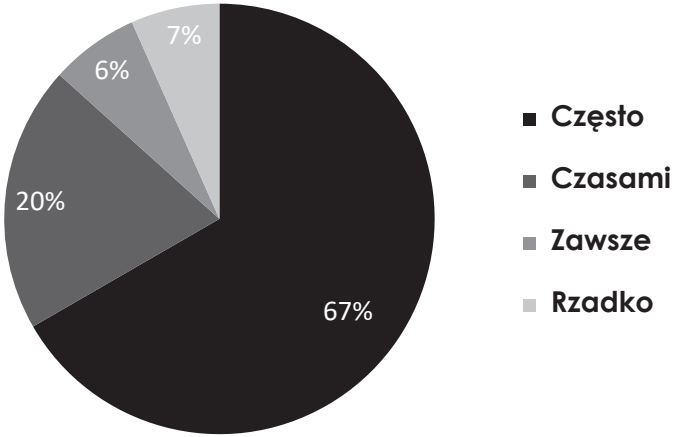
N=34

Pomimo, tego, że wśród seniorów w przedziale wiekowym 71-75 lat najwięcej osób odpowiedziało, że czasami (41%) ogląda telewizję w czasie wolnym, to należy wskazać, że w każdej grupie wiekowej odsetek poszczególnych odpowiedzi pozostaje względem siebie w zbliżonym stosunku, tj. dominują odpowiedzi „czasami" i „często" stanowiąc ok. 80% zebranych danych. Odsetek osób, które udzieliły odpowiedzi „rzadko" (12%) również jest porównywalny w stosunku do poprzednich wykresów. Osoby, które „zawsze" (6%) spędzają czas wolny przez ekranem telewizora lub nie robią tego „nigdy (3%)", podobnie jak w młodszych grupach wiekowych, nie przekraczają 6% ankietowanych.

Ostatnią grupą wiekową, której zadaliśmy pytanie o to jak

często w czasie wolnym oglądają telewizję to seniorzy w wieku powyżej 75 lat. W badaniu wzięło udział 15 osób. Aż 67% z nich odpowiedziało, że często w powyższy sposób spędza swój wolny czas.

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję? (wiek powyżej 75 lat)



N=15

20% ankietowanych to osoby, które czasami oglądają telewizję w czasie wolnym. Znacznie mniejsza, w stosunku do poprzednich wykresów, jest grupa osób, które rzadko w ten sposób spędzają wolny czas. Natomiast cały swój czas wolny na oglądanie telewizji przeznacza 6% respondentów. Możemy zatem zauważyć pewne zróżnicowanie względem poprzednich grup wiekowych. Wśród seniorów w wieku ponad 75 lat więcej jest seniorów, którzy często oglądają telewizję w czasie wolnym. Warto też podkreślić, że ani jedna osoba nie udzieliła odpowiedzi „nigdy". Może to być spowodowane tym, że osoby w tym wieku mają więcej wolnego

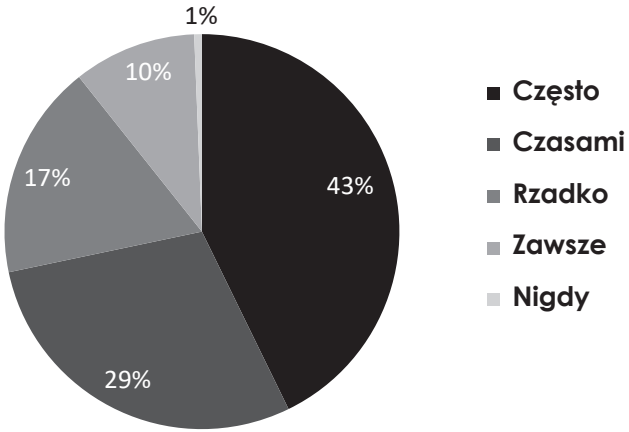
czasu od osób młodszych. Ponadto niejednokrotnie są mniej sprawne ruchowo, a zatem więcej czasu spędzają w domu.

Aktywne spędzanie czasu wolnego przez seniorów

Zapytaliśmy seniorów jak często w czasie wolnym aktywnie spędzają czas.

W badaniu brało udział 159 osób. 43% z nich odpowiedziało, że często spędzają swój czas wolny w sposób aktywny.

Jak często w czasie wolnym aktywnie spędzasz czas?

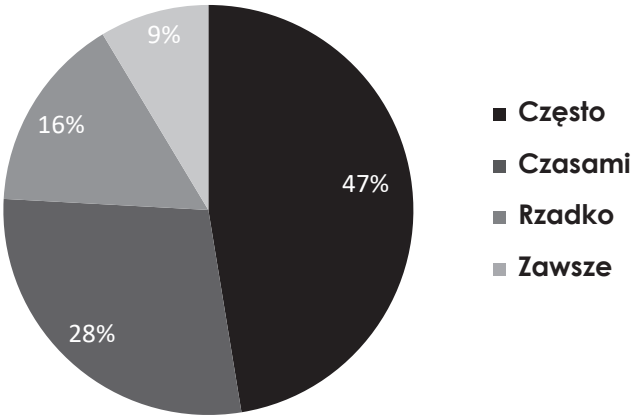


N=159

Warto zwrócić uwagę, że mniej niż połowa seniorów często spędza czas wolny w sposób aktywny. Osoby, które odpowiedziały, że nigdy nie spędzają swojego czasu wolnego aktywnie to tylko 1% badanych. 29% ankietowanych spędza swój wolny czas aktywnie czasami, a 17% - rzadko. Zastanawiające jest to, że tylko 10% respondentów zawsze spędza aktywnie swój czas wolny.
Zapytaliśmy kobiety w wieku senioralnym jak często w czasie wolnym aktywnie spędzają czas. W badaniu wzięło udział 166

kobiet. Najczęściej pojawiała się odpowiedź, że często (47%) spędzają czas wolny w aktywny sposób.

Jak często w czasie wolnym aktywnie spędzasz czas? (kobiety)

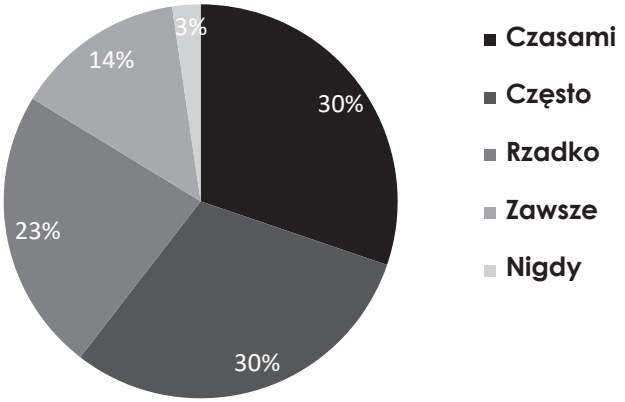


N=116

Seniorzy, którzy czasami spędzają w sposób aktywny swój czas wolny to 28% badanych. Taki sposób spędzania wolnego czasu stanowi rzadkość dla 16% ankietowanych, natomiast 9% z nich zawsze stara się aktywnie spędzać swój czas wolny. Należy zwrócić uwagę, że wśród kobiet ani razu nie pojawiła się odpowiedź „nigdy".

W celu porównania częstotliwości aktywnego spędzania czasu wolnego w zależności od płci, następnie zapytaliśmy mężczyzn jak często w czasie wolnym aktywnie spędzają czas. W badaniu wzięło udział 43 mężczyzn.

Jak często w czasie wolnym aktywnie spędzasz czas? (mężczyźni)

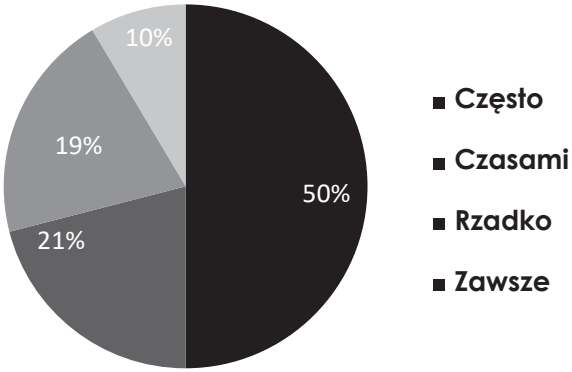


N=43

Mężczyźni, którzy czasami spędzają czas wolny w aktywny sposób to 30% badanych. Taki sam odsetek stanowią osoby spędzające w ten sposób czas wolny czasami (30%). Można zauważyć, że większość badanych (56%) tylko czasami lub rzadko, a nawet nigdy nie spędza aktywnie swojego czasu wolnego. Z drugiej strony grupa osób, które zawsze (14%) spędzają aktywnie swój czas wolny jest liczniejsza niż wśród kobiet (9%). Znacznie mniej, w porównaniu do kobiet, jest natomiast mężczyzn, którzy często (30%) spedzają czas wolny w sposób aktywny.

Celem sprawdzenia zależności spędzania czasu wolnego w sposób aktywny od wieku seniorów, zapytaliśmy osoby w przedziale wiekowym 60-65 lat jak często w czasie wolnym aktywnie spędzają czas. W badaniu brały udział 42 osoby.

Jak często w czasie wolnym aktywnie spędzasz czas? (wiek 60-65 lat)

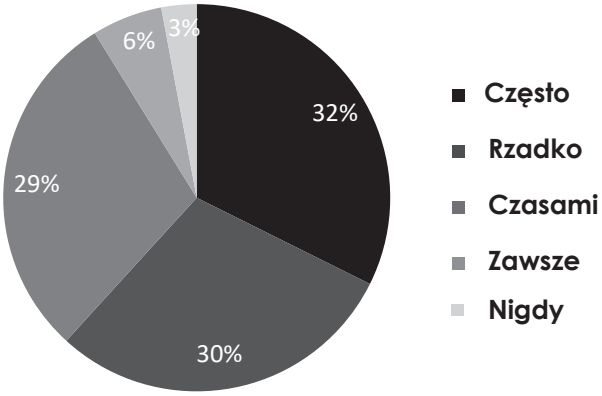


N=42

Połowa badanych często spędza czas w sposób aktywny (50%). Warto zwrócić uwagę na to, że grupa, która w ten sposób czasami spędza swój czas wolny to 21% ankietowanych. Podobny odsetek, bo 19% z nich w czasie wolnym rzadko odpoczywa w sposób aktywny. Tyko 10% ankietowanych stanowią seniorzy, którzy zawsze aktywnie spędzają swój czas wolny.

Następną grupą wiekową, którą zapytaliśmy o częstotliwość spędzania wolnego czasu w sposób aktywny to seniorzy w wieku 71-75 lat. W badaniu wzięły udział 34 osoby.

Jak często w czasie wolnym aktywnie spędzasz czas? (wiek 71-75)

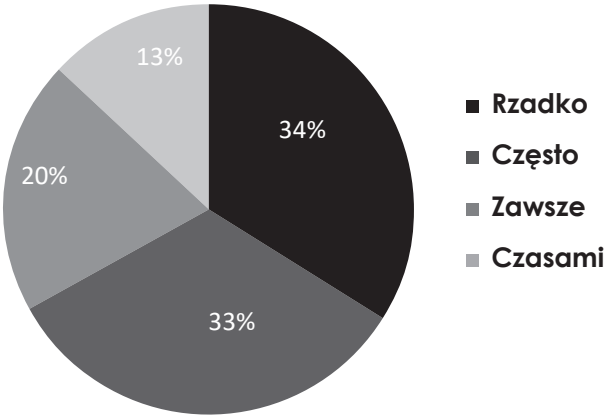


N=34

Należy przyznać, że chociaż nadal (względem młodszej grupy wiekowej) najczęściej pojawiającą się odpowiedzią jest „często" to niepokojąca jest liczebność grup osób, które w ten sposób czas wolny spędzają rzadko (prawie jedna trzecia ankietowanych) lub czasami (29%). W przeciwności do poprzedniej grupy wiekowej istnieją wśród seniorów w wieku 71-75 lat osoby, które nigdy (3%) nie spędzają czasu wolnego w sposób aktywny. Zjawisko to może wynikać ze stanu zdrowia i osamotnienia osób znajdujących się w powyższej grupie wiekowej. Pocieszającym może być 6% odsetek seniorów, którzy pomimo zaawansowanego wieku zawsze aktywnie spędzają swój wolny czas.

Zapytaliśmy seniorów powyżej 75 roku życia jak często aktywnie spędzają swój czas wolny. Wyniki przedstawia poniższy wykres.

Jak często w czasie wolnym aktywnie spędzasz czas? (wiek powyżej 75 lat)

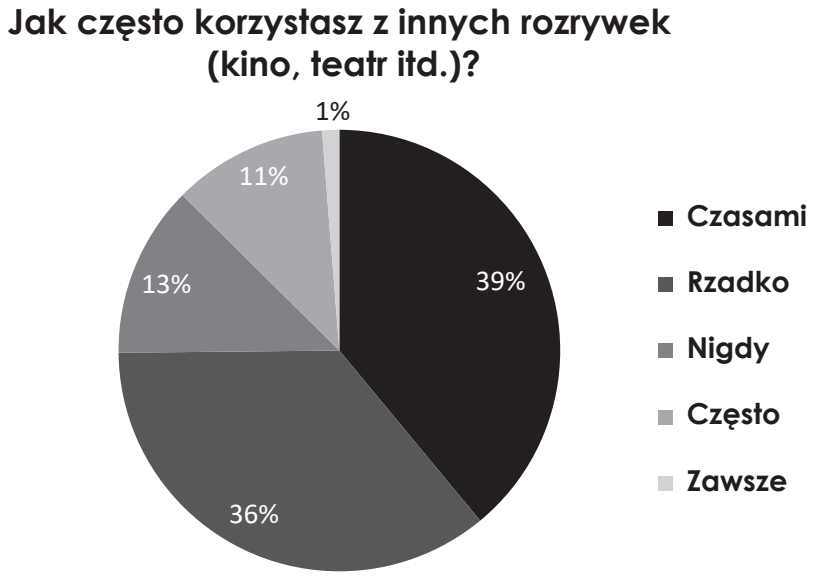


N=15

Najczęściej badani odpowiadali, że rzadko (34%) lub często (33%) aktywnie spędzają wolny czas. Zaskakujące jest to, że 20% z nich odpowiedziało, że zawsze czas wolny spędza w sposób aktywny. Tylko 13% ankietowanych udzieliło odpowiedzi „czasami". Warto zwrócić uwagę, że ani jeden ankietowany w wieku powyżej 75 lat nie odpowiedział „nigdy". Możemy zatem zauważyć, że mimo starszego wieku seniorzy starają się być aktywni.

Korzystanie z innych rozrywek przez seniorów w czasie wolnym

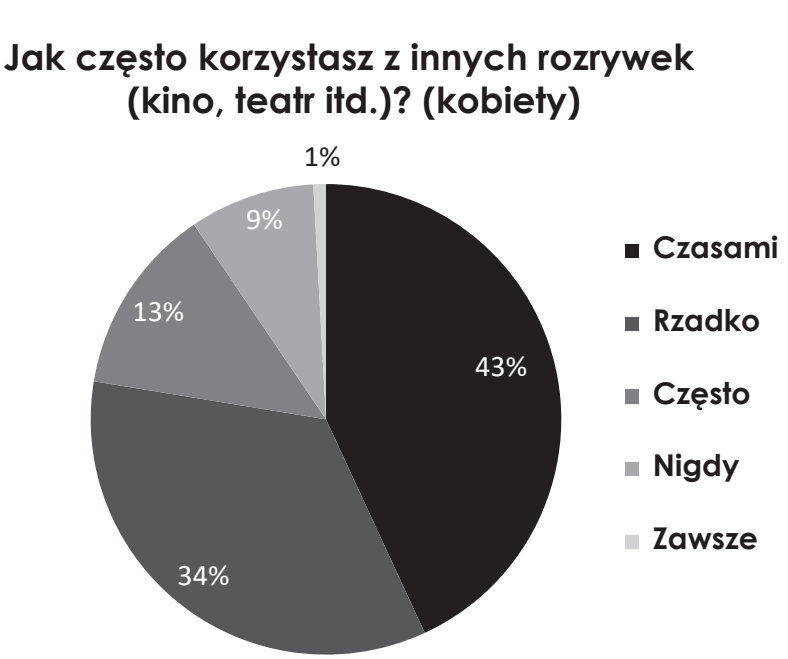
Zadaliśmy seniorów pytanie o to jak często korzystają z innych rozrywek (kino, teatr itd.). W badaniu wzięło udział 159 osób, zarówno kobiet i mężczyzn.



N=159

Ponad połowa (51%) seniorów korzysta z innych rozrywek, w tym 39% robi to czasami, 11% - często, a jedynie 1% - zawsze. 36% seniorów rzadko korzysta z innych rozrywek, a 13% wręcz nie robi tego nigdy.

Pytanie o to jaka jest częstotliwość korzystania z innych rozrywek skierowaliśmy również do kobiet w wieku senioralnym. W badaniu wzięło udział 116 kobiet.

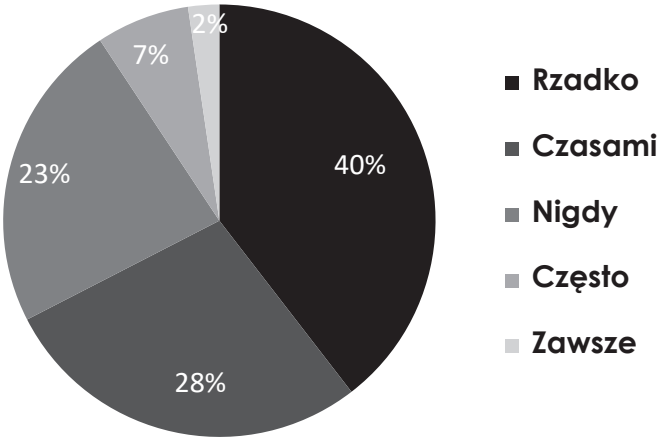


N=116

43% badanych odpowiedziało, że czasami korzysta z rozrywek różnego rodzaju (kino, teatr itd.), natomiast 34% kobiet robi to rzadko, 13% - często, 9% - nigdy, a zaledwie 1% - zawsze. Możemy zatem zauważyć, że powyższy wykres w znacznej mierze wykazuje podobieństwa do tego, który przedstawia wyniki dla całej próby badawczej. Jedyną różnicą, którą warto zaznaczyć, jest mniejszy odsetek kobiet, które nigdy (9%) nie korzystają z innych rozrywek w porównaniu do całej próby badawczej.

Zapytaliśmy również mężczyzn w wieku senioralnym o to jak często korzystają z rozrywek typu kino, teatr itd. Odpowiedzi udzieliło 43 mężczyzn.

Jak często korzystasz z innych rozrywek (kino, teatr itd.)? (mężczyźni)

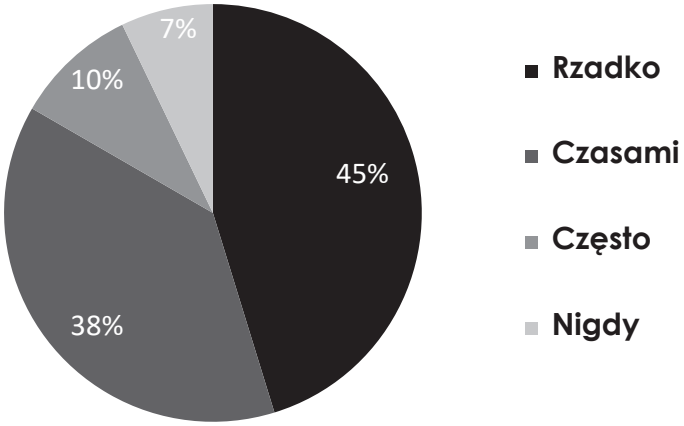


N=43

Odwrotnie niż w przypadku kobiet, najczęściej pojawiającą się odpowiedzią było „rzadko" (40%), a następnie „czasami" (28%). W porównaniu z kobietami znacznie mniejsza część mężczyzn często korzysta z rozrywek (7%). O wiele większa jest natomiast wśród mężczyzn grupa, która nigdy nie korzysta z rozrywek (23%). 7% ankietowanych mężczyzn zadeklarowało częste korzystanie z rozrywek, natomiast 2% z nich – zawsze.

Zbadaliśmy również częstotliwość korzystania z rozrywek wśród seniorów w różnych grupach wiekowych. Pierwsza z nich to grupa 60-65 lat, licząca 42 osoby.

Jak często korzystasz z innych rozrywek (kino, teatr itd.)? (wiek 60-65 lat)

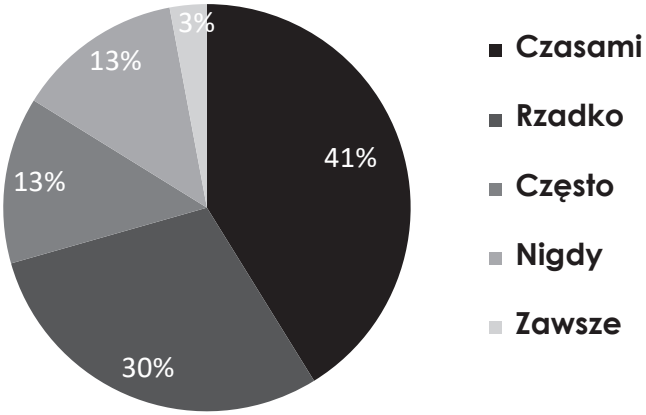


N=42

Prawie połowa, bo 45% ankietowanych rzadko korzysta z rozrywek typu kino, teatr. Ten rodzaj odpoczynku czasami lub częściej wybiera 48% badanych. Natomiast seniorzy, którzy nigdy nie korzystają z wymienionych rozrywek to 7% badanych. Należy zauważyć, że wśród seniorów tej grupy wiekowej nie pojawiła się w ogóle odpowiedź „zawsze".

Kolejną grupą wiekową seniorów, której zadaliśmy pytanie jak często korzystają z innych rozrywek jest grupa 66-70 lat. W badaniu wzięło udział 68 osób.

Jak często korzystasz z innych rozrywek (kino, teatr itd.)? (wiek 66-70 lat)

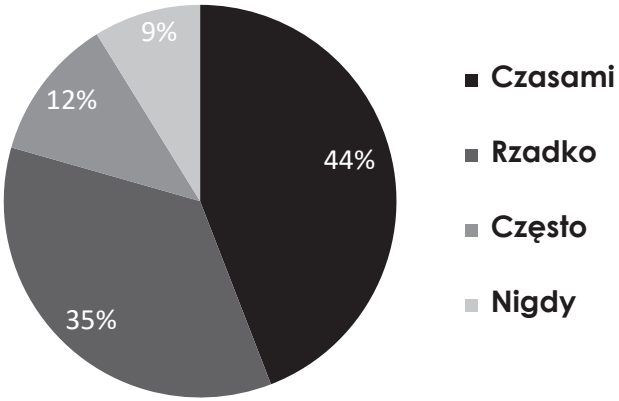


N=68

Jak wynika z wykresu, odpowiedzi kształtują się zgoła odmiennie aniżeli w poprzedniej grupie wiekowej. Odwrotnie względem poprzedniego wykresu, najczęściej pojawiała odpowiedź „czasami" (41%). Natomiast 30% ankietowanych rzadko korzysta z tego rodzaju rozrywek. Tyle samo razy zostały odnotowane odpowiedzi: „często" i „nigdy" (13%), przy czym należy zauważyć, że w porównaniu do poprzedniej grupy wiekowej znacznie wyższy odsetek reprezentuje grupa osób, która nigdy nie spędza w ten sposób czasu wolnego. Seniorzy, którzy zawsze w czasie wolnym korzystają z rozrywek to 3% badanych.

Grupa wiekowa 71-75 lat w naszym badaniu obejmowała 34 osoby. Do nich również skierowaliśmy pytanie jak często korzystają z innych rozrywek.

Jak często korzystasz z innych rozrywek (kino, teatr itd.)? (wiek 71-75)

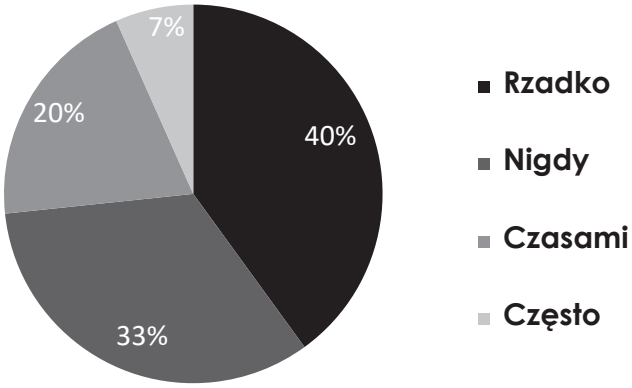


N=34

Prawie połowa, bo 44% ankietowanych odpowiedziała, że czasami korzysta z innych rozrywek, 35% - rzadko, 12% - często, a 9% - nigdy. Nie pojawiła się ani razu odpowiedź „zawsze", w przeciwności do poprzedniej grupy wiekowej. Może to być spowodowane gorszym stanem zdrowia seniorów w tym przedziale wiekowym.

Ostatnia grupa wiekowa, której zadaliśmy pytanie o częstotliwość korzystania z innych rozrywek to grupa seniorów w wieku powyżej 75 lat.

Jak często korzystasz z innych rozrywek (kino, teatr itd.)? (wiek powyżej 75 lat)



N=15

W porównaniu do poprzednich grup wiekowych znacznie większa jest grupa seniorów, która nigdy nie korzysta z innych rozrywek (33%). 40% z nich robi to rzadko, 20% - czasami, a często – 7%. Porównując powyższy wykres z młodszymi grupami wiekowymi możemy stwierdzić, że wśród seniorów w opisywanym przedziale wiekowym jest o wiele niższy odsetek osób, które czasami korzystają z tego rodzaju rozrywek, gdyż w poprzednich grupach utrzymywał się on na poziomie ok. 40%. Można również zauważyć, że w przeciwności do dwóch poprzednich grup wiekowych (65-70 oraz 71-75 lat) najczęściej pojawiająca się odpowiedzą jest „rzadko" – tak samo jak w przypadku najmłodszej grupy wiekowej: 60-65 lat. Choć wyniki są podobne w obu grupach, to prawdopodobnie wynikają ze zgoła odmiennych powodów.

O ile seniorzy, którzy niedawno ukończyli 60. rok życia często są bardzo zajęci z uwagi nad obowiązek opieki nad wnukami czy podejmowanie zajęć zarobkowych, osoby w wieku powyżej 75 lat w większości przypadków ogranicza stan zdrowia.

Zdarza się, że osoby starsze z różnych przyczyn stronią od towarzystwa, innym razem zaś samotność mocno im doskwiera i czas wolny lubią spędzać w większym gronie. Aby sprawdzić czy któraś z tych postaw jest wśród seniorów dominująca, zapytaliśmy ich o to jak często spędzają czas wolny w towarzystwie lub samotnie.

Podział czynności na wykonywane samotnie i w towarzystwie

N=159

Większość respondentów (51%) swój wolny czas czasami spędza w towarzystwie, a czasami samemu. Może to świadczyć o zróżnicowanych sposobach spędzaniu czasu wolnego np. spacery z koleżankami, ale też rozwiązywanie krzyżówek w samotności. 32% respondentów woli wolny czas spędzić w towarzystwie, a 17% spędza go najczęściej w odosobnieniu.

Należy pamiętać, że może to być uwarunkowane czynnikami o rozmaitym charakterze: m.in. rodzaj osobowości, samotne zamieszkiwanie, trudności w nawiązywaniu relacji, stan zdrowia.

Celem sprawdzenia istnienia zależności między spędzaniem czasu w towarzystwie i samotnie a wiekiem, zapytaliśmy seniorów w wieku 60-65 czy spędzają wolny czas w samotności czy razem innymi osobami.

Podział czynności na wykonywane samotnie i w towarzystwie (wiek 60-65 lat)

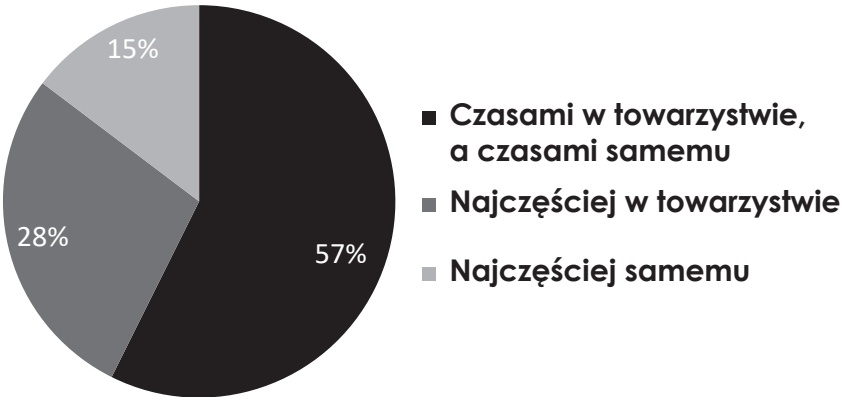
N=42

Seniorzy z tej grupy wiekowej rzadko spędzają czas wolny samotnie, bo tylko 12% pytanych zadeklarowało, że w wolnym czasie najczęściej przebywa samemu. Znaczna część, bo 37% seniorów wolny czas spędza „najczęściej w towarzystwie". Seniorzy w tym wieku w większości są w dobrej kondycji fizycznej, biorą aktywny

udział w życiu społecznych, dlatego znalezienie towarzystwa nie stanowi dla nich problemu. Ponad połowa seniorów (51%) w czasie wolnym czasami przebywa z innymi osobami, ale zdarza się również, że pozostaje w samotności.

Następnie zapytaliśmy seniorów w wieku 66-70 lat o to czy w wolnym czasie czynności wykonują sami czy w towarzystwie.

Podział czynności na wykonywane samotnie i w towarzystwie (wiek 66-70 lat)



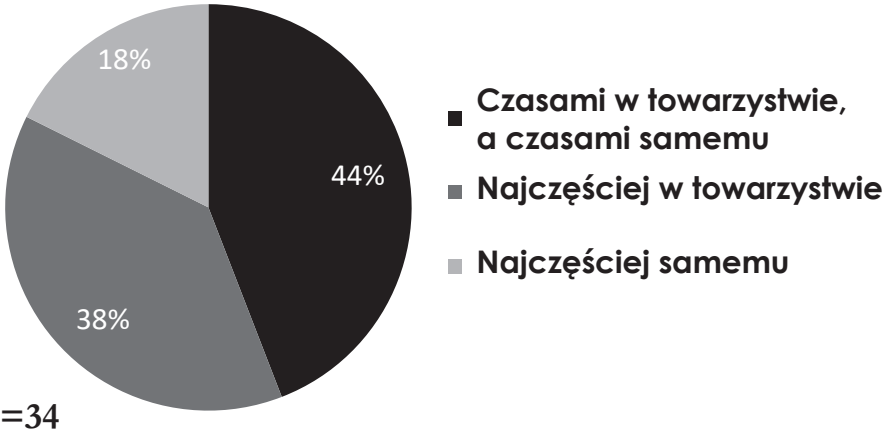
N=68

W tej grupie wiekowej zapytani najczęściej (57%) odpowiadali, że czynności wykonują czasami samemu, a czasami w towarzystwie. Należy także zwrócić uwagę, że w stosunku do poprzedniej grupy wiekowej mniejsza jest grupa osób, które spędzają czas najczęściej w towarzystwie (28%), a trochę większa – grupa osób, którym wolny czas mija w samotności (15%). Może to prowadzić do

wniosku, że im seniorzy są starsi tym częściej samotnie spędzają wolny czas. Nie zajmuje ich opieka wnukami, które w większości przypadków po osiągnięciu pewnego wieku rzadko znajdują czas dla dziadków. Ku samotności popychają ich także choroba lub ograniczenia ruchowe.

Kolejną grupą wiekową, którą zapytaliśmy o to czy wolny czas spędzają w towarzystwie lub samotnie są seniorzy w przedziale wiekowym 71-75 lat.

Podział czynności na wykonywane samotnie i w towarzystwie (wiek 71-75 lat)

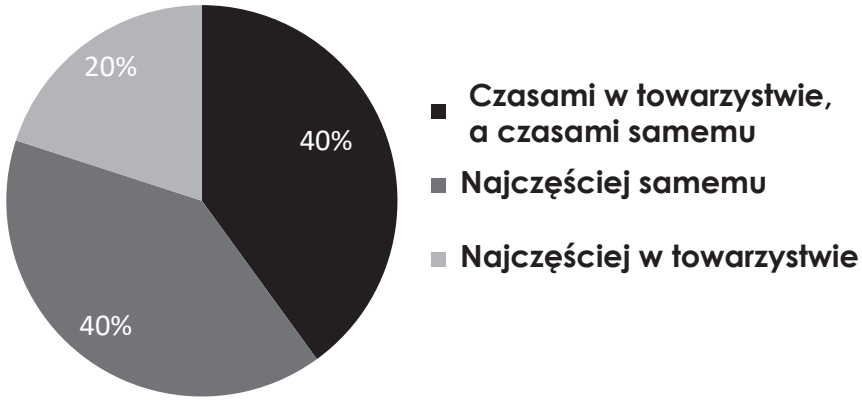


N=34

Na podstawie porównania powyższego wykresu z poprzednimi, można zauważyć, że wyższy odsetek reprezentuje grupa osób, które preferują spędzanie czasu wolnego w towarzystwie (38%), gdyż w poprzedniej grupie wiekowej stanowiły one 28% ankietowanych. Może to być wynikiem tego, że z powodu utraty

najbliższej osoby część seniorów w tym wieku to wdowy lub wdowcy, którym dokucza samotność i szukają towarzystwa.
Pytanie o sposób spędzania wolnego czasu (w towarzystwie lub samotnie) zadaliśmy również seniorom w wieku powyżej 75 lat. Wyniki przedstawia poniższy wykres.

Podział czynności na wykonywane samotnie i w towarzystwie (wiek powyżej 75 lat)



N=15

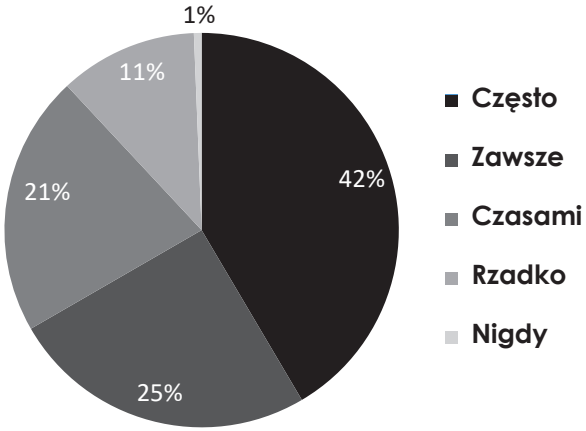
Odpowiedzi seniorów po 75 roku życia wyraźnie się różnią względem młodszych grup wiekowych. Niepokojące jest to, że aż 40% ankietowanych spędza czas wolny tylko w swoim towarzystwie. Osoby, które czynności wykonują najczęściej w towarzystwie stanowią tylko 20% badanych. Należy również pamiętać, że seniorów, którym pozostaje spędzanie czasu wolnego w samotności może być w rzeczywistości więcej, gdyż z różnych powodów nie można do nich dotrzeć. Niektóre osoby

starsze unikają jakichkolwiek spotkań towarzyskich, gdyż czują się niekomfortowo z powodu pewnych niepełnosprawności i ograniczeń ruchowych.

Spędzanie czasu wolnego z rodziną

Następna kwestia związana z czasem wolnym seniorów, która stała się przedmiotem naszego zainteresowania to spędzanie tego czasu z rodziną. Zadaliśmy zatem seniorom pytanie jak często swój czas wolny spędzają w gronie rodzinnym.

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną?

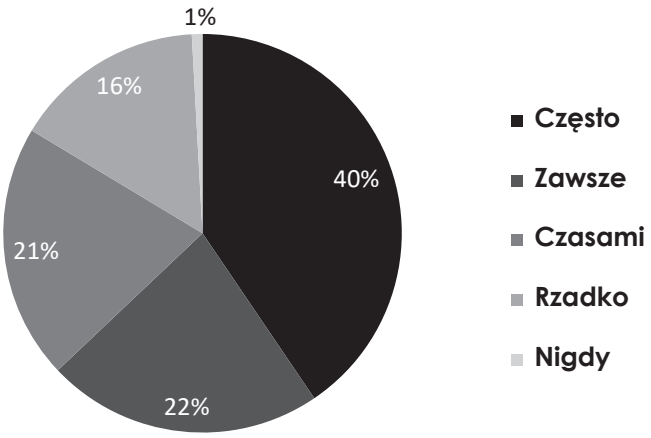


N=159

Dla prawie wszystkich zapytanych seniorów czas spędzany z rodziną jest ważny, gdyż tylko 1% ankietowanych nigdy nie spędza wśród najbliższych. Zdecydowana większość, bo prawie 70% zapytanych spędza czas wolny z rodziną często lub zawsze. Może to świadczyć o silnej więzi rodzinnej respondentów. Osoby starsze często są angażowane w życie rodzinne w postaci opieki nad wnukami, wspólnymi wyjazdami, czy nawet wakacjami. 32% badanych również nie stroni od sporadycznych spotkań.

Aby skonfrontować odpowiedzi dotyczące kwestii spędzania czasu wolnego z rodziną z kryterium płci zadaliśmy w tej sprawie pytanie kobietom w wieku senioralnym.

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną? (kobiety)

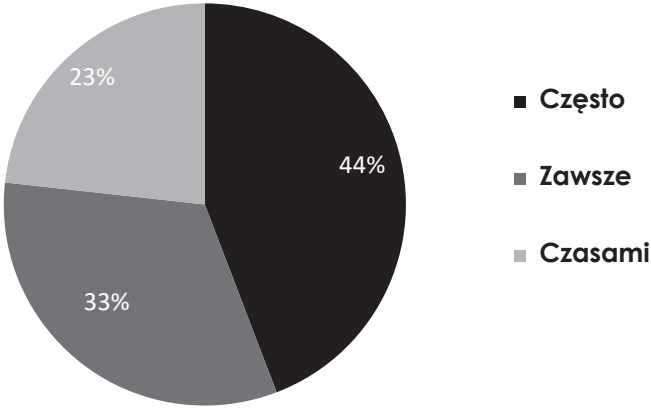


N=116

Ponad 60% zapytanych pań ceni sobie czas spędzany z rodziną, w tym 22% odpowiada, że czas wolny zawsze spędza z rodziną. Może to świadczyć o oznakach trwającego instynktu macierzyńskiego i opiekuńczego. 21% ankietowanych preferuje sporadyczne spotkania z rodziną, a 16% - rzadko w ten sposób spędza swój czas wolny. Kobiety, którym rodzina nigdy nie towarzyszy w spędzaniu czasu wolnego to jedynie 1% badanych.

Następnie pytanie o częstotliwość spędzania czasu wolnego w towarzystwie rodziny zadaliśmy mężczyznom w wieku senioralnym.

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną? (mężczyźni)

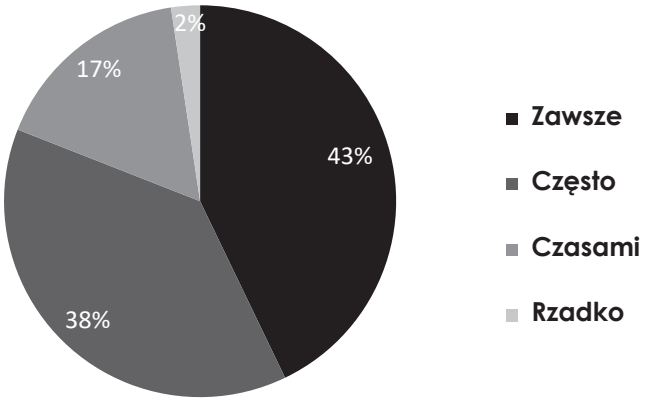


N=43

Na podstawie powyższego wykresu można zaryzykować stwierdzenie, że wszyscy ankietowani doceniają wolny czas spędzony z rodziną, bo około 75% badanych spędza go z najbliższymi często lub zawsze. Pozostałe 25% respondentów też sporadycznie spędza swój czas wolny w gronie rodziny. Można zatem zauważyć wyraźne różnice pomiędzy odpowiedziami kobiet a mężczyzn. Wśród panów, którzy brali udział w ankiecie, nie ma osoby, która czas wolny w gronie rodzinnym spędza rzadko lub wręcz nigdy. Natomiast wśród kobiet takie osoby stanowią odpowiednio – 16% i 1%.

Pytanie dotyczące częstotliwości spędzania czasu wolnego z rodziną zadaliśmy różnym grupom wiekowym. Celem było sprawdzenie czy odpowiedzi będą się różnić w zależności od wieku.

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną? (wiek 60-65 lat)

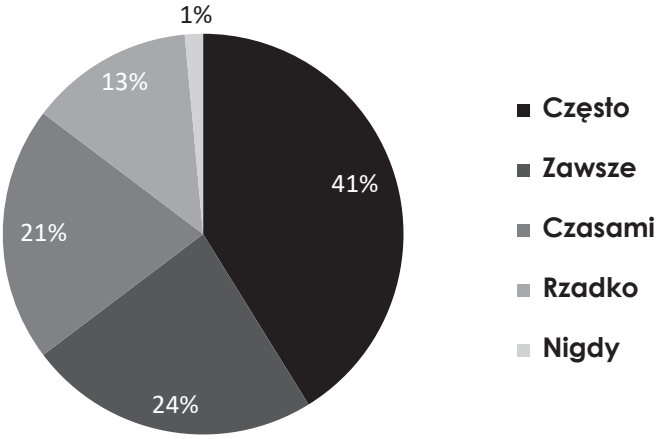


N=42

Z powyższego wykresu wynika, że ponad 80% seniorów w tym wieku często lub zawsze spędza swój wolny czas z rodziną. 17% ankietowanych spędza wolny czas w ten sposób czasami, a 2% - rzadko. Można więc sformułować wniosek, że zdecydowana większość seniorów w wieku 60-65 lat spędza wolny czas w rodzinnym gronie. Może to wynikać m.in. z wysokiej sprawności fizycznej tych osób, wskutek czego mogą samodzielnie dotrzeć do rodziny, która mieszka osobno. Poza tym, bardzo często tą rodziną jest współmałżonek.

Kolejną grupą wiekową, którą zapytaliśmy o to jak często spędza swój wolny czas w gronie rodziny są seniorzy w wieku 66-70 lat.

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną? (wiek 66-70 lat)

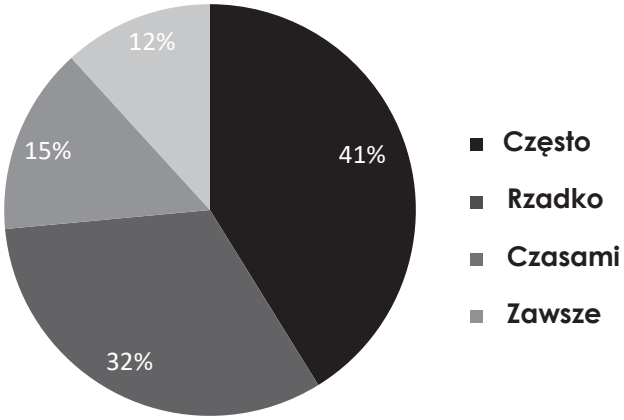


N=68

Nieznaczna grupa seniorów, bo 1% w tym przedziale wiekowym wcale nie spędza czasu wolnego z rodziną. Wyraźnie niższy, w stosunku do młodszych grup wiekowych, jest odsetek seniorów, którzy zawsze spędzają swój wolny czas z rodziną (24%). Może to być wynikać z przyczyn demograficznych (śmierć współmałżonka) lub pogorszeniem stanu zdrowia. 41% badanych często w czasie wolnym przebywa w towarzystwie rodziny, natomiast 21% - robi to czasami. Taki sposób spędzania wolnego czasu jest rzadkością dla 13% respondentów.

Pytanie o to jak często rodzina towarzyszy seniorom w spędzaniu czasu wolnego zadaliśmy kolejnej grupie wiekowej tj. 71-75 lat.

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną? (wiek 71-75 lat)



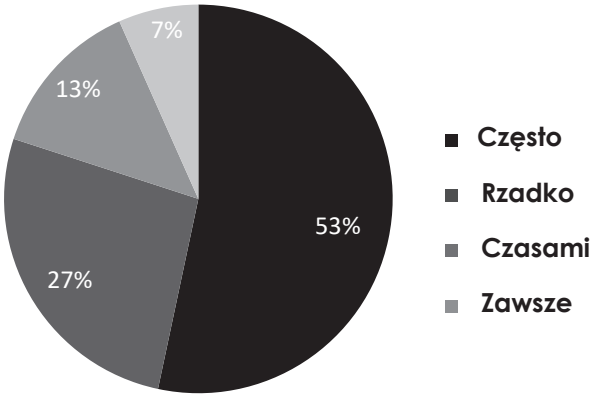
N=34

W tym przedziale wiekowym niewielka grupa, bo tylko 15% badanych zawsze spędza czas wolny z rodziną. Powodem może być to, że we współczesnym społeczeństwie funkcjonuje coraz mniej rodzin wielopokoleniowych mieszkających pod jednym dachem. Poza tym, istotną rolę odgrywają również czynniki o charakterze demograficznym (np. wcześniejsza śmierć najbliższej osoby). Osoby, które deklarują częste (41%) spędzanie czasu wolnego z rodziną prawdopodobnie mają dzieci i wnuki mieszkające w pobliżu ich miejsca zamieszkania. Ponad jedna trzecia seniorów czasami spędza swój wolny czas z rodziną. Warto także zauważyć, że ani razu nie pojawiła się odpowiedź „nigdy", co może świadczyć o istniejących więziach rodzinnych oraz opiece, którą nad seniorami pełnią członkowie rodziny.

Ostatnią grupą wiekową, której zadaliśmy pytanie o częstotliwość spędzania wolnego czasu w gronie rodziny są seniorzy

w przedziale wiekowym powyżej 75 lat.

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną? (powyżej 75 lat)



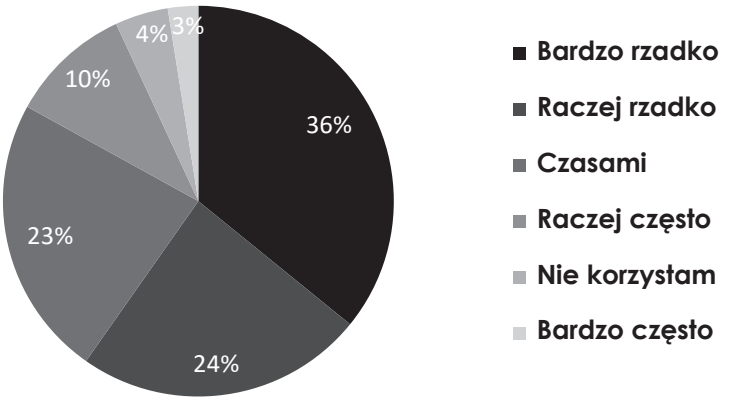
N=15

Największą grupę, bo aż 53% ankietowanych stanowią osoby, które często spędzają czas z rodziną. W porównaniu z młodszymi grupami wiekowymi, wśród seniorów w wieku powyżej 75 lat znacznie wyższy odsetek stanowią osoby, które rzadko spędzają wolny czas w gronie rodzinnym (27%), a mniejszą część – seniorzy czasami spędzający w ten sposób czas wolny (13%). Niewielki odsetek, ponieważ tylko 7% ankietowanych, czas wolny zawsze spędza w towarzystwie rodziny. Seniorzy powyżej 75 lat niejednokrotnie zmagają się z różnego rodzaju chorobami. Można zatem stwierdzić, że seniorzy, którzy często spotykają się z rodziną, to prawdopodobnie osoby, którym bliscy mieszkający w pobliżu chcą zapewnić większy komfort życia poprzez częste odwiedziny.

Korzystanie z zajęć dodatkowych przez seniorów

Zapytaliśmy osoby starsze jak często korzystają z zajęć dodatkowych. Odpowiedzi udzieliło 159 osób. Najwięcej seniorów stwierdziło (36%), że bardzo rzadko korzysta z tego typu możliwości. Natomiast najmniej liczna grupa seniorów (3%) robi to bardzo często.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych?

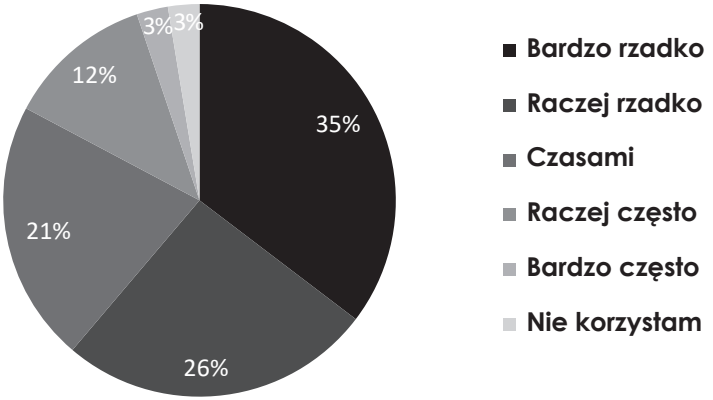


N=159

Na podstawie powyższego wykresu można stwierdzić, że zdecydowana większość seniorów korzysta z zajęć dodatkowych bardzo rzadko i raczej rzadko (60%), natomiast 36% bierze w nich udział. Brak udziału w zajęciach zadeklarowało 3% seniorów. Może to wynikać z niechęci do angażowania się w nowe inicjatywy oraz poznawania nowych osób. Ponadto, większość seniorów nie potrafi obsługiwać Internetu, z którego mogliby zaciągnąć informacje o dodatkowych zajęciach.

Zapytaliśmy kobiety w wieku senioralnym jak często korzystają z zajęć dodatkowych w swej miejscowości. Większość nie korzysta z zajęć (64%), a tylko 36% stara się korzystać z takich możliwości.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (kobiety)



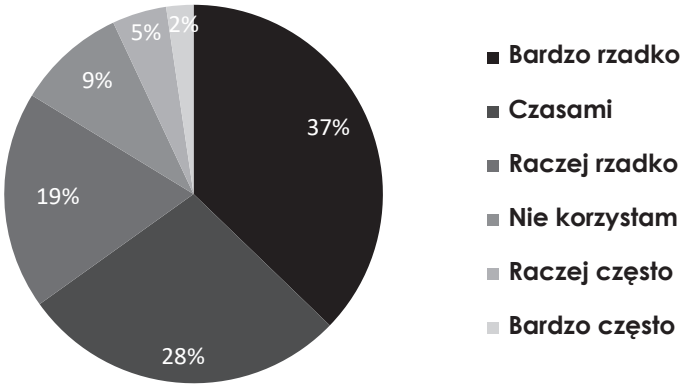
N=116

Większość kobiet (64%) biorących udział w ankiecie stwierdziło, że bardzo rzadko lub raczej rzadko korzystają z zajęć. Mniejszość kobiet (36%) bierze udział w zajęciach. Wyniki kształtują się zatem podobnie jak dla całej próby. Niski wskaźnik uczestnictwa kobiet w zajęciach dodatkowych może wynikać z obciążenia obowiązkami domowymi, opieką nad wnukami oraz odległym położeniem ośrodków kultury, w których takie zajęcia są organizowane.

Pytanie o częstotliwość korzystania z zajęć dodatkowych skierowaliśmy również do mężczyzn w wieku senioralnym. Na 43 ankietowanych mężczyzn 56% odpowiedziało, że korzysta rzadko

lub wcale, natomiast 15% zadeklarowało częste korzystanie z zajęć dodatkowych.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (mężczyźni)

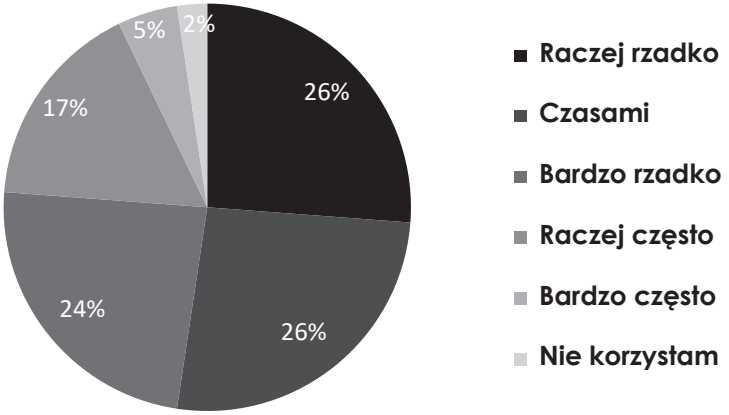


N=43

Większość mężczyzn (56%) nie korzysta często z żadnych zajęć dodatkowych. W porównaniu do poprzednich wykresów jako druga najczęściej pojawiała się odpowiedź „czasami", która w przypadku całej próby i grupy kobiet pojawiała się na trzecim miejscu. Tylko 35% znajduje swoje miejsce na zajęciach dodatkowych. 9% ankietowanych nie korzysta w ogóle z zajęć. Prawdopodobnie przyczyny mogą leżeć w niechęci do angażowania się w nowe przedsięwzięcia. Ponadto informacje o zajęciach umieszczone są w budynkach środków kultury, a rzadko pojawiają się na słupach ogłoszeniowych.

Zapytaliśmy seniorów w wieku 60-65 lat jak często korzystają z zajęć dodatkowych.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (wiek 60-65 lat)



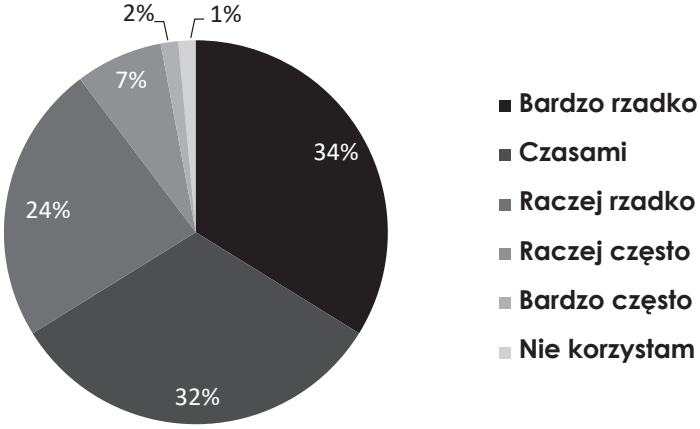
N=42

Połowa seniorów stwierdziła, że rzadko korzysta z zajęć dodatkowych („raczej rzadko" – 26%, „bardzo rzadko" - 24%), natomiast grupa często korzystająca z zajęć to 22% ankietowanych. 26% seniorów czasami korzysta z zajęć, a jedynie 2% nie korzysta w ogóle. Sporadyczne korzystanie zajęć dodatkowych przez seniorów w powyższej grupie wiekowej może wynikać z obowiązków związanych z opieką nad wnukami oraz niechęci do obciążania się dodatkowymi aktywnościami.

Kolejna grupa wiekowa, której zadaliśmy pytanie o korzystanie z zajęć dodatkowych to grupa 66-70 lat. W zdecydowanej większości (90%) seniorzy nie korzystają zbyt często z tego typu aktywności, z czego 34% ankietowanych korzysta bardzo rzadko, 32% - czasami, a 24% - raczej rzadko. Przeciwną postawę („raczej często" i „bardzo często") reprezentuje jedynie 9% seniorów.

Najmniej liczna grupa seniorów (1%) nie korzysta w ogóle z zajęć dodatkowych.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (wiek 66 - 70 lat)



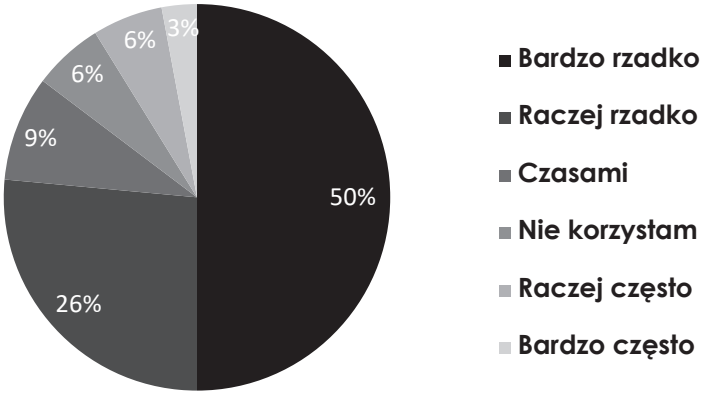
N=68

Wyniki przedstawione na wykresie kształtują się podobnie jak w poprzedniej grupie wiekowej, szczególnie utrzymuje się dominujący stosunek grupy rzadko uczestniczącej w zajęciach w stosunku do seniorów chętnie biorących w nich udział. Należy jednak zauważyć, że wśród seniorów w wieku 66-70 lat znajduje się większa grupa osób, która bardzo rzadko (34%) uczestniczy w zajęciach. Częściej pojawia się również odpowiedź „czasami" (32%). Natomiast znacznie mniej w tej grupie wiekowej jest osób, które często korzystają z zajęć („bardzo często" – 2% oraz „raczej często – 7%"), gdyż w grupie ankietowanych w wieku 60-65 stanowią oni 22%. Powodem mniejszego zainteresowania zajęciami dodatkowymi w omawianej grupie wiekowej może być niższy stopień zaangażowania wobec rodziny (opieka nad wnukami etc.), przez co seniorzy spędzają wolny czas poza domem, wybierając jednak aktywności bardziej dla nich dostępne:

spacery, spotkania towarzyskie, praca na działce.

Pytanie o częstotliwość korzystania z zajęć dodatkowych zadaliśmy także seniorom w przedziale wiekowym 71-75 lat. Odpowiedzi otrzymaliśmy od 34 osób. Ponad ¾ ankietowanych zadeklarowało sporadyczne korzystanie z zajęć dodatkowych („bardzo rzadko" – 50%, „raczej rzadko" – 26%). Osoby, które czasami wybierają zajęcia dodatkowe jako sposób spędzania wolnego czasu stanowią jedynie 9% ankietowanych, natomiast często na zajęciach pojawia się 12% seniorów. 6% z nich nie korzysta z zajęć nigdy.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (wiek 71-75 lat)



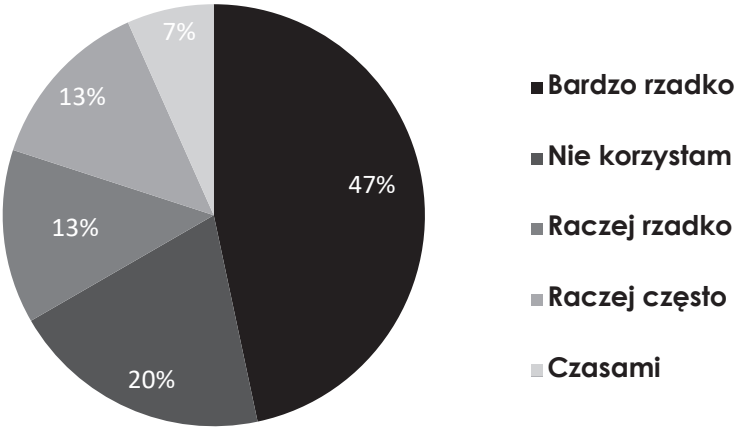
N=34

Na podstawie porównania powyższego wykresu do poprzednich analiz można stwierdzić, że w przedziale wiekowym 71-75 lat istnieje znacznie większa grupa seniorów, która rzadko uczestniczy w dodatkowych zajęciach. Więcej ankietowanych

deklaruje również brak udziału w zajęciach dodatkowych. Natomiast seniorzy, którzy czasami korzystają z zajęć to 9% ankietowanych, przy czym w żadnej z młodszych grup wiekowych odsetek ten nie był niższy niż 25%. Może to wynikać ze specyfiki grupy wiekowej 71-75 lat. Należą do niej osoby, które nierzadko borykają się z problemami zdrowotnymi. Częstym powodem jest poczucie wykluczenia społecznego, które przejawia się w trudnościach z zaakceptowaniem nowej sytuacji i nabywaniu nowych umiejętności. Nie bez znaczenia są również kwestie organizacyjne, gdyż zajęcia odbywają się o określonych godzinach, natomiast seniorzy mogą mieć problemy z dojazdem.

Seniorów w wieku powyżej 75 lat także zapytaliśmy o to jak często uczęszczają na zajęcia dodatkowe. Ponad połowa (60%) ankietowanych deklarowała rzadkie korzystanie z tego rodzaju zajęć, z czego 47% - bardzo rzadkie, a 13% - raczej rzadkie. Z zajęć nie korzysta wcale aż 20% respondentów. Natomiast raczej często na takie zajęcia wybiera się zaledwie 13% seniorów, przy czym należy zauważyć, że ani razu nie pojawiła odpowiedź „bardzo często". 7% badanych odpowiedziało, że czasami korzysta z zajęć dodatkowych.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (wiek powyżej 75 lat)



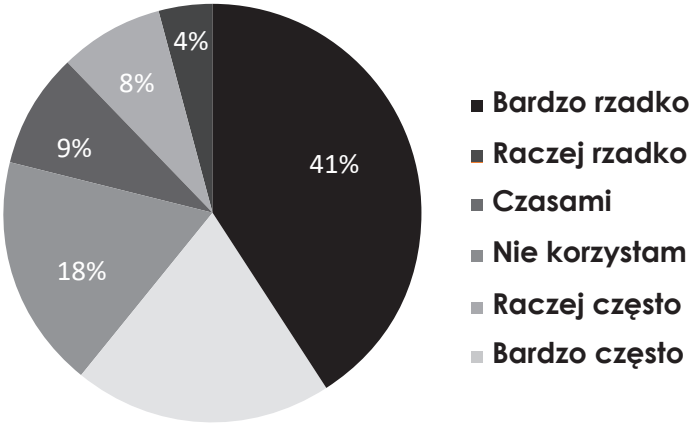
N=15

Powyższy wykres wskazuje na znacznie niższy stopień uczestnictwa seniorów w wieku powyżej 75 lat w zajęciach dodatkowych. Warto zwrócić uwagę na liczną grupę w tym przedziale wiekowym, która w ogóle nie korzysta z zajęć (20%). W wyniku porównania z poprzednimi grupami wiekowymi, gdzie wskaźnik ten nie przekraczał 10%, można zauważyć, że wraz z wiekiem seniorzy wykazują mniej zaineresowania zajęciami dodatkowymi. Ponadto, żadna z ankietowanych osób nie zadeklarowała bardzo częstego uczestnictwa w zajęciach. Problem może wynikać z przyczyn wskazanych w młodszych grupach wiekowych takich jak: trudności logistyczne, stan zdrowia, odległość ośrodka organizującego zajęcia. Natomiast należy jednak rozważyć czy źródło problemu może tkwić w poczuciu alienacji seniorów oraz braku komunikacji skierowanej do tej grupy, która swoją formą

i treścią byłaby dla nich przystępna.

Kwestię uczestnictwa w zajęciach dodatkowych postanowiono skonfronować również z przynależnością seniorów do podmiotów zrzeszających osoby starsze. Celem było sprawdzenie czy fakt członkostwa w organizacji, która być może organizuje takie zajęcia (np. klub seniora, UTW) wpłynie na częstotliwość udziału seniorów w zajęciach dodatkowych. W pierwszej kolejności pytanie zadaliśmy osobom, które nie należą do żadnego pomiotu zrzeszające osoby starsze.

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (osoby nienależące do podmiotów zrzeszających osoby starsze)



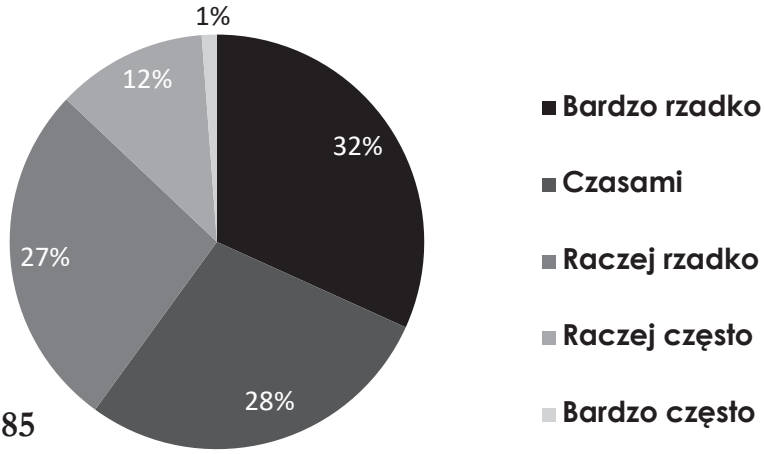
N=74

Większość z osób nienależących do podmiotów skupiających seniorów (61%) rzadko korzysta z zajęć dodatkowych („bardzo rzadko" – 41%, „raczej rzadko" - 20%). Natomiast częste korzystanie z zajęć zadeklarowało 12% biorących udział w badaniu, z czego odpowiedzi „raczej często" stanowią 8%,

a „bardzo często" – 4%. 18% ankietowanych pomimo braku przynależności do jakiegokolwiek podmiotu, korzysta czasami z zajęć dodatkowych, a 9% nie korzysta w ogóle. Zdecydowana większość (79%) ankietowanych nie uczęszcza często na zajęcia dodatkowe, ponadto 9% nigdy z nich nie korzysta. Może to wynikać z analogicznych przyczyn lężących u podstaw braku zaangażowania się w jakikolwiek podmiot zrzeszający osoby starsze np. brak chęci, stan zdrowia, niechęć przebywania w licznym towarzystwie.

Następnie takie samo pytanie zadano seniorom, którzy są członkami podmiotów zrzeszających osoby starsze. Odpowiedzi udzieliło 85 osób, z których 59% rzadko korzysta z zajęć dodatkowych (32% - „bardzo rzadko", 27% - „raczej rzadko"). Częste uczestnictwo w zajęciach zadeklarowało 13% ankietowanych, a sporadyczne – 28% („czasami").

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych? (osoby należące do podmiotów zrzeszających osoby starsze)



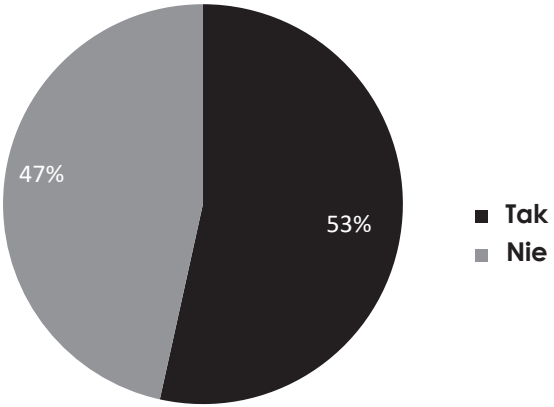
N=85

Porównując powyższy wykres z wynikami dotyczącymi seniorów niezrzeszonych w jakimkolwiek podmiocie skierowanym dla osób starszych można stwierdzić, że pomiędzy przedstawionymi rezultatami nie występują znaczące różnice. W obu wykresach najczęściej pojawiającą się odpowiedzią jest „bardzo rzadko", ponadto odsetek częstego uczestnictwa w zajęciach obu grup jest porównywalny (12% i 13%). Warto jednak zwrócić uwagę, że wśród seniorów należących do podmiotów zreszających osoby starsze nie pojawiła się ani razu odpowiedź „nie korzystam", której udzieliło 9% badanych w pierwszej grupie. Co więcej, o 10 punktów procentowych większa jest grupa seniorów, która czasami korzysta z zajęć dodatkowych. Powyższe uwagi mogą być dowodem na istnienie, aczkolwiek niewielkiego, wpływu przynależności do różnych podmiotów zreszających osoby starsze na uczestnictwo seniorów w zajęciach dodatkowych.

Przynależność seniorów do podmiotów zrzeszających osoby starsze

W ramach prowadzonego badania zadaliśmy osobom w wieku senioralnym pytanie o ich przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze. W badaniu wzięło udział 159 osób. Większość z nich (53%) należy do choćby jednej takiej organizacji, natomiast 47% zadeklarowało brak przynależności.

Czy należysz do podmiotu zrzeszającego osoby starsze?



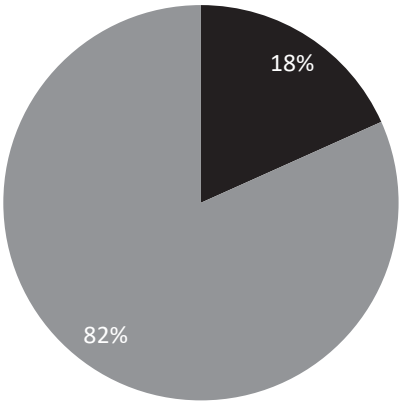
N=159

Warto zwrócić uwagę, że pomiędzy dwoma grupami seniorów nie występuje znacząca różnica w punktach procentowych. Przynależność do podmiotów zrzeszających osoby starsze może być motywowana chęcią poznawania nowych osób, poszerzania swoich zainteresowań i wiedzy. Członkostwo w różnego rodzaju organizacjach skierowanych dla osób starszych oznacza także

udział we wspólnych wydarzeniach, wycieczkach oraz wyjazdach – co może się okazać skutecznym remedium na dokuczającą seniorom samotność. Z drugiej strony, rozważając powody dla których osoby starsze stronią od podmiotów, które zrzeszają seniorów, należy wskazać m.in.: niechęć do przebywania w licznej grupie, brak czasu, stan zdrowia, trudności z dojazdem.

Osobom starszym, które zadeklarowały przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze zadaliśmy pytanie czy są członkami więcej niż jednej organizacji. Odpowiedzi udzieliły 82 osoby. Zdecydowana większość z nich (82%) należy tylko do jednego podmiotu, natomiast 18% respondentów uczestniczy w działaniach kilku podmiotów jednocześnie.

Przynależność do więcej niż jednego podmiotu zrzeszającego osoby starsze

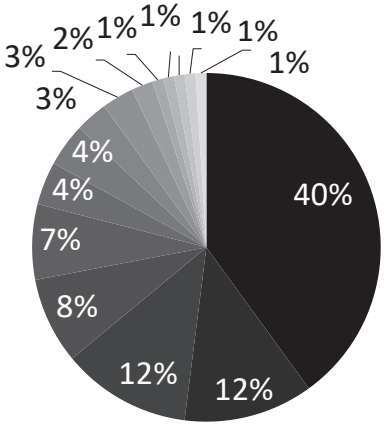


N=82

Przynależność do dwóch lub więcej podmiotów zrzeszających osoby starsze może wynikać z odmiennego charakteru danych organizacji. Przykładowo senior może należeć zarówno do Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz klubu wędkarskiego, gdzie w pierwszym podmiocie będzie poszerzał swoją wiedzę, natomiast drugi służy realizacji jego hobby, jakim jest wędkarstwo.

Zapytaliśmy osoby, które są członkami podmiotów zrzeszających osoby starsze do jakich organizacji należą. Otrzymaliśmy 100 odpowiedzi, ponieważ niektóre osoby należą do kilku podmiotów. Znaczna część respondentów (40%) zadeklarowała przynależność do Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Zarówno seniorzy będący członkami Klubu Seniora (bez podania nazwy), jak i Klubu Seniora „Kociewiacy" stanowią 12% ankietowanych. 8% z nich należy do Klubu Seniora „Wrzos", a 7% - do Sekcji Emerytów i Rencistów ZNP. Pozostałe podmioty zrzeszające osoby starsze wymieniane nieco rzadziej przez badanych to: Klub Aktywnych Kobiet (4%), Harcerski Krąg Seniora „Watra" (4%), Klub Seniora „Kalina" (3%), Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów (3%), Dom Pomocy Społecznej (2%), oraz po 1%: Klub Seniora „Malwa", Klub Wędkarski, Koło Gospodyń Wiejskich oraz Koło Rolnicze.

Do jakiego podmiotu zrzeszającego osoby starsze należysz?



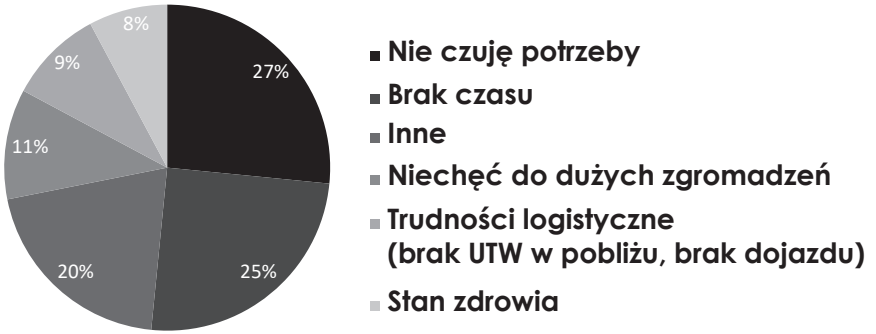
- **UTW – 40%**
- **Klub Seniora – 12%**
- **Klub Seniora „Kociewiacy" – 12%**
- **Klub Seniora „Wrzos" – 8%**
- **Sekcja Emerytów i Rencistów ZNP – 7%**
- **Klub Aktywnych Kobiet – 4%**
- **Harcerski Krąg Seniora „Watra" – 4%**
- **Klub Seniora „Kalina" – 3%**
- **Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów – 3%**
- **Dom Pomocy Społecznej – 2%**
- **Klub Seniora „Malwa" – 1%**
- **Klub Wędkarski – 1%**
- **Koło Gospodyń Wiejskich – 1%**
- **Koło Rolnicze – 1%**
- **Gimnastyka – 1%**

N=100

Znacząca przewaga popularności Uniwersytetu Trzeciego Wieku może wynikać z dostępności tego rodzaju organizacji, które coraz częściej powstają nie tylko w mieście, ale także na wsi. Nie bez znaczenia jest także fakt, że ankieterzy realizujący badanie także są słuchaczami UTW, stąd istnieje wysokie prawdopodobieństwo, że poprosili o wypełnienie ankiety osoby, które poznały dzięki uczestnictwu w UTW. Mimo to, należy zauważyć, że dużą

popularnością cieszą się także różnego rodzaju kluby seniora (łącznie 39%). Warto zwrócić uwagę na znaczną ilość oraz różnorodność podmiotów zrzeszających seniorów działających na terenie Świecia, co gwarantuje szerokie możliwości rozwoju własnych zainteresowań i zdobywania nowych przez seniorów.
Z uwagi na znaczną ilość osób, które zadeklarowały brak przynależności do jakiegokolwiek podmiotu zrzeszającego osoby starsze zadaliśmy im pytanie o przyczyny takiego stanu.

Powody, dla których seniorzy nie należą do podmiotów zrzeszających osoby starsze



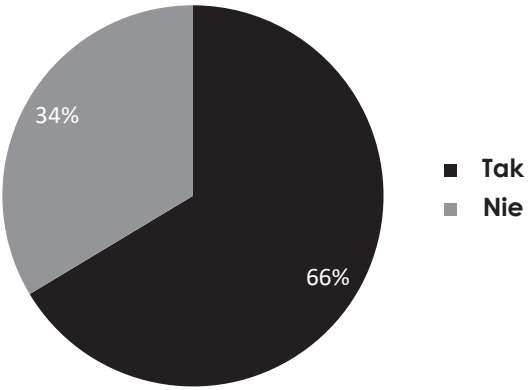
N=64

Prawie jedna trzecia ankietowanych odpowiedziała, że powodem tym jest brak potrzeby (27%). Równie często seniorzy jako przyczynę podawali brak czasu (25%). Odpowiedzi na tak sformułowane pytanie były jednak bardzo różnorodne, dlatego pojedyncze wypowiedzi różniące się od tych, które się powtarzały zostały ujęte w kategorię „Inne" (20%). Niechęć do dużych zgromadzeń stanowi przyczynę braku uczestnictwa w podmiotach skierowanych do osób starszych dla 11% ankietowanych. Pozostałe odpowiedzi to trudności logistyczne (9%) oraz stan zdrowia (8%).

Kategoria „Inne" obejmuje następujące powody: „spotkania z kolegami są wystarczające", „połów ryb", „nie interesują mnie spotkania z innymi seniorami", „nie jestem zainteresowana", „ponieważ spotykam się z seniorami na prywatnych spotkaniach", „próbowałam trochę w Klubie Seniora, ale mnie to nie zainteresowało", „wolę spędzać czas z młodzieżą", „mam inne zainteresowania", „domator", „poświęcenie się rodzinie", „nie odpowiada", „sam organizuje wolny czas", „nigdy o tym nie myślałem/-am", „obowiązek opieki nad najbliższymi".
13 osób, które nie należą do jakiegokolwiek podmiotu zrzeszającego osoby starsze nie podały przyczyny braku uczestnictwa.

O przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze zapytaliśmy kobiety w wieku senioralnym. Zdecydowana większość z nich (66%) deklaruje członkostwo w organizacji tego typu, natomiast 33% reprezentuje stanowisko przeciwne.

Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (kobiety)

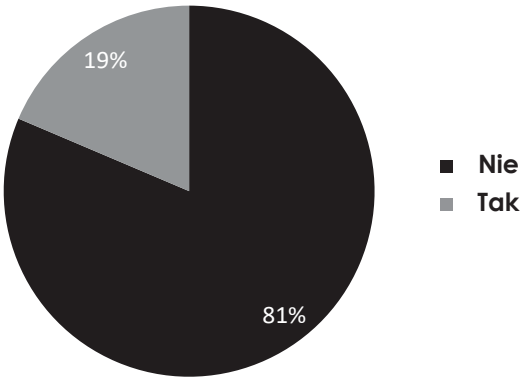


N=116

W porównaniu do wykresu obejmującego całą próbę badawczą można zauważyć znaczną zmianę w postaci widocznej dominacji osób uczestniczących w podmiotach skierowanych do osób starszych. 66% ankietowanych to członkowie tego rodzaju organizacji, co może wynikać z dalszej potrzeby (po zakończeniu aktywności zawodowej) podejmowania dodatkowych zajęć, a szczególnie poczucia przynależności do pewnego podmiotu. Ponadto, w Świeciu istnieje szeroka oferta różnego rodzaju podmiotów skierowana wyłącznie do kobiet np. Klub Aktywnych Kobiet, klub gimnastyczny.

Pytanie o przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze skierowaliśmy również do mężczyzn w wieku senioralnym. Niepokojące jest to, że aż 81% ankietowanych zadeklarowało brak członkostwa w jakimkolwiek podmiocie.

Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (mężczyźni)

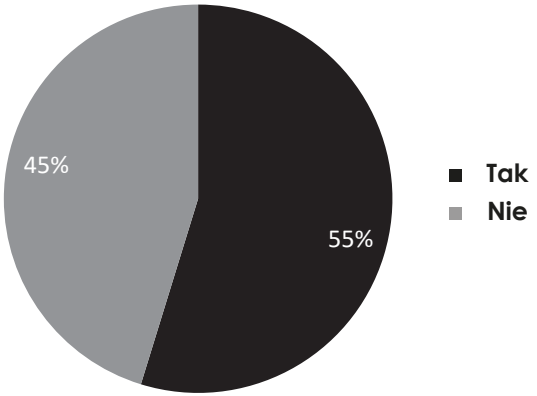


N=43

W porównaniu z poprzednim wykresem prezentującym odpowiedzi kobiet, nie trudno ulec wrażeniu, że w przypadku mężczyzn tendencja jest zgoła odwrotna – więcej z nich nie należy niż należy do podmiotu zrzeszającego osoby starsze. Przyczyny tego zjawiska mogą przybierać różny charakter, m.in. stan zdrowia, niechęć do przebywania w dużych zgromadzeniach czy brak motywacji. Jednak należy się zgodzić, że jest to niepokojące z tego względu, że unikanie spotkań z nowymi ludźmi może prowadzić do negatywnych skutków takich jak alienacja czy apatia. Zwiększone jest także zagrożenie nałogami.

Seniorzy w przedziale wiekowym 60-65 lat to ludzie, którzy stopniowo żegnają się z aktywnością zawodową i przechodzą na emeryturę. W dużej mierze są to ludzie sprawni fizycznie. Zadaliśmy im pytanie czy należą do podmiotu zrzeszającego osoby starsze. Otrzymaliśmy 42 odpowiedzi.

Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (wiek 60-65 lat)

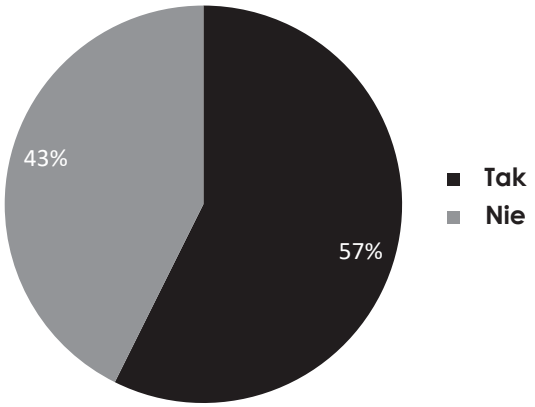


N=42

Ponad połowa ankietowanych należy do podmiotu zrzeszającego osoby starsze. Pozostała część (45%) przyjmuje postawę przeciwną.

Kolejną grupą wiekową, którą zapytaliśmy o przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze to przedział wiekowy 66-70 lat. Twierdząco odpowiedziało 57% ankietowanych, natomiast pozostałe 43% seniorów w tym przedziale wiekowym nie należy do żadnego podmiotu zrzeszającego osoby starsze.

Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (wiek 66-70 lat)



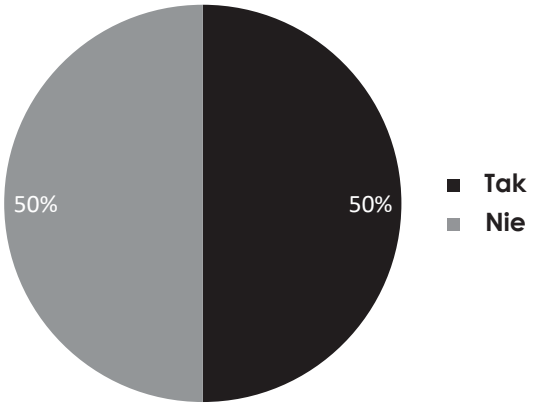
N=68

Porównując powyższy wykres z wynikami dotyczącymi poprzedniej grupy wiekowej, możemy odnieść wrażenie, że proporcja pomiędzy dwoma odpowiedziami jest podobna. Należy jednak zwrócić uwagę, że paradoksalnie odsetek osób

zaangażowanych w działalność organizacji jest wyższy wśród seniorów w przedziale wiekowym 66-70 lat niż w młodszej grupie wiekowej. Wciąż utrzymuje się spora grupa seniorów (43%), która nie należy do żadnego podmiotu skierowanego do osób starszych. Jednym z powodów może być poczucia odrzucenia, brak akceptacji ze strony rodziny albo ogólnie – ludzi młodych. Należałoby zachęcić tę grupę ludzi do wyjścia z domu proponując m.in.: możliwość poszerzenia wiedzy, dbanie o sprawność fizyczną i psychiczną oraz zawarcie nowych znajomości, a nawet przyjaźni.

Pytanie o przynależność do podmiotu zrzeszającego zadaliśmy także seniorom w przedziale wiekowym 71-75 lat. Uczestnictwo w tego typu organizacji zadeklarowało 50% ankietowanych, a druga połowa z nich nie preferuje tego typu aktywności.

Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (wiek 71-75 lat)

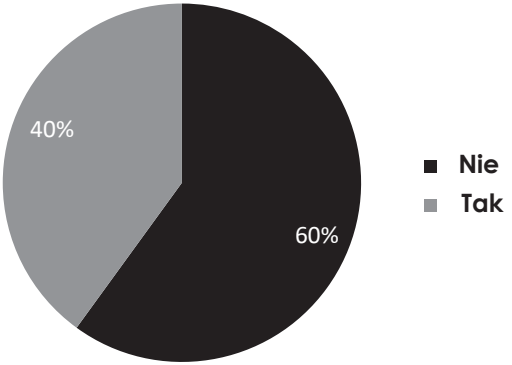


N=34

Na podstawie porównania powyższego wykresu z poprzednimi, można zauważyć spadek o parę punktów procentowych w grupie deklarującej przynależność do wspomnianego typu podmiotów. Istnieje wysokie prawdopodobieństwo, że przyczyny mogą być zbliżone do tych, które pojawiały się w młodszych grupach wiekowych tj. brak zainteresowań i pasji, monotonne przebywanie w domu i bierny tryb życia. Nie bez znaczenia pozostaje stan zdrowia, który w omawianej grupie wiekowej może się znacznie pogorszyć. Brak siły witalnej i kondycji fizycznej także wpływają na zmniejszenie motywacji i nawiązywanie kontaktów międzyludzkich.

W dalszej kolejności pytanie o przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze skierowaliśmy do osób w wieku powyżej 75 lat. Zdecydowana większość, bo 60% z nich odpowiedziała przecząco, a jedynie 40% zadeklarowało swoje członkostwo w tego rodzaju organizacji. Potwierdza się zatem teza, że wraz z wiekiem seniorzy rzadziej decydują się na czynny udział w podmiotach, które skupiają osoby starsze.

Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (wiek powyżej 75 lat)

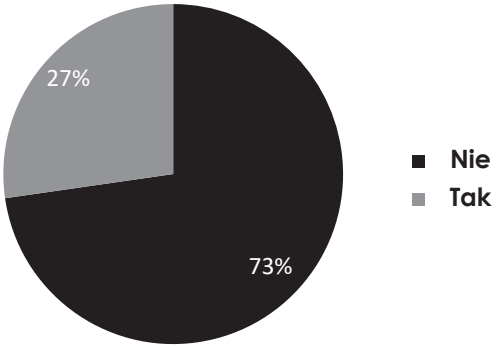


N=15

Przyczyny tego zjawiska prawdopodobnie skupiają się głównie wokół problemów ze zdrowiem oraz ograniczeniami ruchowymi.

Biorąc pod uwagę, że jedną z częściej wymienianych przyczyn braku przynależności do podmiotu skupiającego osoby starsze jest niedostatek czasu (25%), dlatego postanowiliśmy zbadać czy ilość godzin wolnych w ciągu dnia ma wpływ na decyzję o zaangażowaniu się w organizacje skierowane do osób starszych. W pierwszej kolejności zadaliśmy pytanie o przynależność do takiego rodzaju podmiotu, osobom, które deklarują, że mają w ciągu dnia 9 lub więcej godzin wolnych.

Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (osoby,które mają w ciągu dnia 9 lub więcej godzin wolnych)

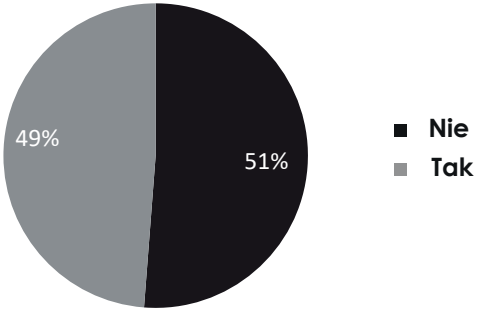


N=11

Na podstawie powyższego wykresu możemy zauważyć, że pomimo posiadania w ciągu dnia znacznej ilości wolnego czasu zdecydowana większość respondentów (73%) nie zaangażowała się w działalność organizacji skupiającej osoby starsze.

Kolejną grupą seniorów, której zadaliśmy pytanie to osoby, które w ciągu dnia mają więcej niż 7 a mniej niż 9 godzin wolnych, a zatem dysponują mniejszą ilością czasu wolnego aniżeli grupa poprzednia. Ponad większość osób z tej grupy (51%) deklaruje, że nie należy do podmiotu zrzeszającego osoby starsze. Warto jednak zaznaczyć, że jest to niższy odsetek niż w przypadku osób, które dysponują większą ilością czasu wolnego. Można zatem wywnioskować, że paradoksalnie osoby, które są bardziej zajęte częściej decydują się na członkostwo we wspomnianego typu organizacjach, a w związku z tym podejmują dodatkowe zajęcia.

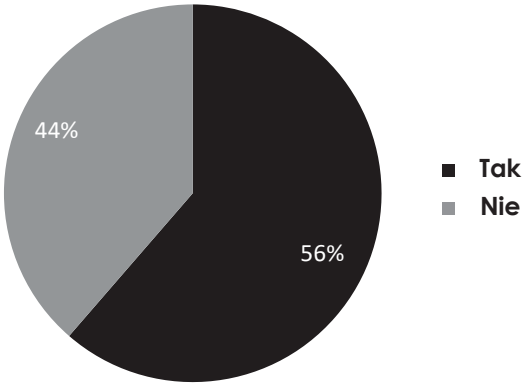
Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (osoby,które mają w ciągu dnia więcej niż 7 a mniej niż 9 godzin wolnych)



N=41

Pytanie o przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze zadaliśmy także osobom, które w ciągu dnia mają więcej niż 5 a mniej niż 7 godzin wolnych. Ponownie możemy zauważyć, że pomimo mniejszej ilości godzin wolnych w ciągu dnia ponad połowa seniorów (56%) zadeklarowała przynależność do podmiotu zrzeszającego osoby starsze. Potwierdza to tezę, iż posiadanie znacznej ilości godzin wolnych nie wpływa na większe zaangażowanie się seniorów w działalność organizacji skupiających osoby starsze.

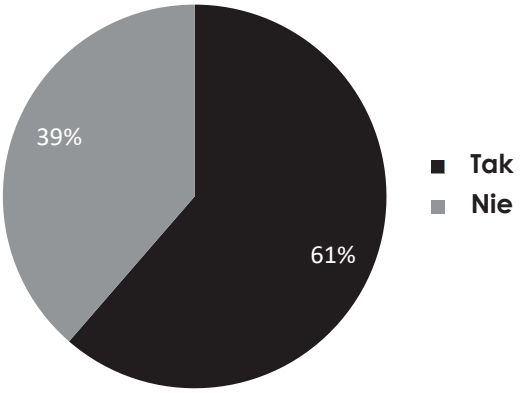
Czy należysz do podmiotów zrzeszających osoby starsze? (osoby, które mają w ciągu dnia więcej niż 5 a mniej niż 7 godzin wolnych)



N=63

Ostatnią grupą seniorów, której zadaliśmy o to czy należą do podmiotu zrzeszającego osoby starsze są osoby, które dysponują małą ilością czasu wolnego w ciągu dnia (mniej niż 5 godzin). W tej grupie osób występuje największy odsetek seniorów zaangażowanych w działania organizacji skupiających osoby starsze, co ponownie świadczy o braku zależności pomiędzy znaczną ilością wolnego czasu a podejmowaniem dodatkowych aktywności w postaci członkostwa w różnych organizacjach.

Czy należysz do podmiotu zrzeszającego osoby starsze? (osoby, które mają w ciagu dnia mniej niż 5 godzin wolnych)

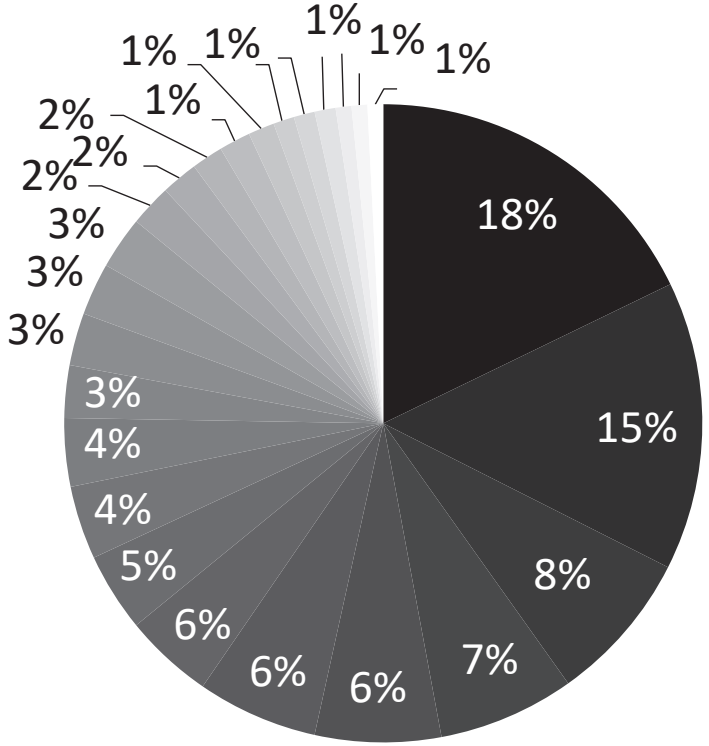


N=44

Aktywności podejmowane wyłącznie w towarzystwie

Seniorów uczestniczących w badaniu zapytaliśmy także o najczęściej podejmowane przez nich czynności wyłącznie w towarzystwie.

Najczęściej podejmowane w czasie wolnym aktywności wyłącznie w towarzystwie



- Spacery – 18%
- Inne – 15%
- Spotkania towarzyskie – 8%
- Spędzanie czasu na działce – 7%
- Wycieczki – 6%
- Jazda rowerem – 6%
- Nordic walking – 5%
- Basen – 4%
- Nie podejmuję takich aktywności – 4%
- Grillowanie – 3%
- Ćwiczenia gimnastyczne – 3%
- Oglądanie telewizji ze rodziną i znajomymi – 3%
- Potańcówki – 3%
- Spotkania rodzinne – 3%
- Kino – 2%
- Opieka nad wnukami – 2%
- Siłownia na powietrzu – 2%
- Spotkania w Klubie Seniora – 2%
- Zajęcia z UTW – 1%
- Praca w ogrodzie – 1%
- Wędkowanie – 1%
- Zakupy – 1%
- Gimnastyka basenowa – 1%
- Rozmowy – 1%
- Śpiew w chórze – 1%

N=376

Najczęściej podejmowaną wyłącznie w towarzystwie czynnością wśród seniorów są spacery (18%). Znaczną część wykresu zajmuje także kategoria „Inne" (15%), które obejmuje czynności niezakwalifikowane do pozostałych, powtarzających się odpowiedzi. Wśród nich dwukrotnie pojawiły się: fitness, gra w karty, imprezy organizowane przez OKSiR, pieczenie ciast, pływanie łódką, sport, teatr. Jednokrotnie pojawiły się: biesiadowanie, czytanie, gotowanie, gry planszowe, gry towarzyskie, komputer, koszenie trawy, krzyżówki, malowanie obrazów, odpoczynek, oglądanie filmów, pikniki, ping-pong, podlewanie, praca na roli, praca w gospodarstwie rolnym, przygotowanie posiłków, robienie przetworów, robótki ręczne, scrabble, spływy kajakowe, spotkania muzyczne, spotkania w gabinecie rehabilitacyjnym, udział w komisji rewizyjnej kasy zapomogowo-pożyczkowej, wczasy związkowe, wspólne jedzenie, wyjazdy na wystawy, wyjazdy z wnukami, wyjście do baru na mecz, wyjście na mecz, występy w zespole wokalny, zajęcia manualne, zawody wędkarskie, zbieranie grzybów, zbieranie jagód, zbiórki kręgu ZHP, zebrania zarządu ZNP, zumba, zwiedzanie okolicy, pomoc przy wnuczkach.

Podsumowanie

Celem projektu badawczego przeprowadzonego przez seniorów w Świeciu było zbadanie szeregu zagadnień związanych ze spędzaniem czasu wolnego przez osoby starsze w ich rodzinnym mieście: jego wymiaru, rodzajów podejmowanych w tym czasie aktywności oraz zaangażowania seniorów w dodatkowe inicjatywy takie jak zajęcia dodatkowe i uczestnictwo w podmiocie skupiającym osoby starsze.

Z badania wynika, że seniorzy prowadzą zajęty tryb życia. Pomimo tego, że większość z nich zakończyła aktywność zawodową większość osób starszych ma mniej niż 7 godzin czasu wolnego w ciągu dnia, a jedynie 7% ankietowanych dysponuje 9 godzinami i więcej czasu wolnego. Przyczynami tego zjawiska może być obciążanie seniorów obowiązkami związanymi z opieką nad wnukami oraz podejmowanie leczenia oraz rehabilitacji w ośrodkach leczniczych. Porównując ilość godzin czasu wolnego w ciągu dnia, którymi dysponują kobiety i mężczyźni, warto zwrócić uwagę na fakt, że najwyższy odsetek kobiet ma mniej niż 7 godzin czasu wolnego, natomiast najwięcej mężczyzn – więcej niż 7 godzin. Wyraźną różnicę można zaobserwować zestawiając ze sobą grupy osób, które mają 9 godzin lub więcej wolnego czasu w ciągu dnia – takiej odpowiedzi udzieliło 12% mężczyzn, a kobiet jedynie 5%. Można zaryzykować stwierdzenie, że przyczyna tkwi w wykonywaniu przez kobiety znacznej części obowiązków domowych. Należy również wskazać, że wymiar czasu wolnego w ciągu dnia zmienia się w zależności od wieku respondentów. Prawie połowa (48%) seniorów w wieku

60-65 lat ma mniej niż 5 godzin wolnego czasu w ciągu dnia. Prawdopodobnie są pochłonięci obowiązkami związanymi z wnukami lub inne zobowiązaniami. Należy również podkreślić, że w większości są to osoby o dobrej kondycji fizycznej, co umożliwia im podejmowanie różnych aktywności, m.in. rozwój zainteresowań lub podejmowanie zajęć zarobkowych. Z analizy starszych grup wiekowych można sformułować wniosek, że wraz z biegiem lat seniorzy mają więcej czasu wolnego w ciągu dnia.

Podsumowując analizę czynności, które seniorzy podejmują w wolnym czasie należy zauważyć, że są one bardzo zróżnicowane, obejmują zarówno aktywne, jak i bierne spędzanie czasu. Można wywnioskować, że seniorzy często podejmują aktywności mające na celu rozwój umysłowy (czytanie, praca z komputerem, Internet). Ponadto, można stwierdzić, że duża grupa seniorów podejmuje zajęcia, które nie nakładają na nich zobowiązań finansowych. Warto też zauważyć, że więcej niż jedna trzecia seniorów w czasie wolnym podejmuje aktywność fizyczną (spacery, spędzanie czasu na działce, jazda na rowerze, praca w ogrodzie, nordic walking, basen, spacery z psem).

Z analizy częstotliwości oglądania telewizji w czasie wolnym wynika wniosek, że seniorzy, którzy w ten sposób często spędzają swój wolny czas to prawie połowa, bo aż 42% badanych. Porównując wyniki dotyczące obu płci, grupa osób, które często oglądają telewizję w czasie wolnym jest liczniejsza wśród mężczyzn niż wśród kobiet. Osoby, które rzadko swój czas wolny spędzają na oglądaniu telewizji stanowią podobny odsetek zarówno w gronie mężczyzn, jak i kobiet (odpowiednio 12% i 14%). Oznacza to, że

nadmierne oglądanie telewizji w czasie wolnym jest problemem dotykającym przedstawicieli obu płci. Na podstawie porównania częstotliwości oglądania telewizji w czasie wolnym w różnych grupach wiekowych, należy stwierdzić, że kształtuje się ona podobnie.

Wyjątek stanowi grupa seniorów w wieku ponad 75 lat, w gronie których zdecydowanie więcej jest osób, które często oglądają telewizję w czasie wolnym. Warto też podkreślić, że ani jedna osoba nie udzieliła odpowiedzi „nigdy". Może to być spowodowane tym, że osoby w tym wieku mają więcej wolnego czasu od osób młodszych. Ponadto niejednokrotnie są mniej sprawne ruchowo, a zatem więcej czasu spędzają w domu.

Jak wynika z przeprowadzonego badania, znaczny odsetek ankietowanych często aktywnie spędza czas wolny. Znacznie mniej, w porównaniu do kobiet, jest mężczyzn, którzy często spedzają czas wolny w sposób aktywny. Aktywność seniorów maleje jednak wraz z wiekiem, co może wynikać głównie ze stanu zdrowia, braku motywacji oraz osamotnienia.

Należy również zauważyć, że seniorzy w Świeciu nie korzystają często z innych rozrywek typu kino, teatr itd. Większość z nich, niezależnie od płci i wieku, rzadko lub czasami w ten sposób spędza swój czas wolny. Może to wynikać z wcześniej wspomnianych przyczyn takich jak problemy zdrowotne. Wydaje się jednak, że powodem mogą być również trudności z dojazdem oraz obciążenia finansowe związanego z tego typu rozrywkami. Nie bez znaczenia również pozostaje fakt, że godziny spektakli

i seansów kinowych często odbywają się późnym wieczorem, a należy pamiętać, że znaczna część osób w starszym wieku wcześniej udaje się na spoczynek.

Podsumowując analizę czasu wolnego seniorów pod kątem spędzania go samotnie lub w towarzystwie można sformułować tezę, że większość osób starszych swój czas wolny spędza czasami w gronie innych osób a czasami w samotności. Zauważyć można również pewną tendencję, że im seniorzy są starsi tym częściej samotnie spędzają wolny czas. Nie zajmuje ich opieka wnukami, które w większości przypadków po osiągnięciu pewnego wieku rzadko znajdują czas dla dziadków. Ku samotności popycha także choroba lub ograniczenia ruchowe. Należy także pamiętać, że niektóre osoby starsze unikają jakichkolwiek spotkań towarzyskich, gdyż czują się niekomfortowo z powodu pewnych niepełnosprawności lub ograniczeń ruchowych.

Na podstawie badania można stwierdzić, że dla prawie wszystkich ankietowanych czas spędzany z rodziną jest ważny, gdyż tylko 1% respondentów nigdy nie spędza go z rodziną. Zdecydowana większość, bo prawie 70% zapytanych spędza czas wolny z rodziną często lub zawsze. Zaskakujące okazały się w tej kwestii różnice pomiędzy kobietami a mężczyznami, ponieważ wyższy jest odsetek mężczyzn, którzy zawsze lub często spędzają swój czas wolny w gronie rodziny. Niepokojące jest to, że wraz z wiekiem seniorzy coraz rzadziej spędzają swój czas w towarzystwie najbliższym. Warto pamiętać, że seniorzy powyżej 75 lat niejednokrotnie zmagają się z różnego rodzaju chorobami i potrzebuję opieki rodziny.

Budzące niepokój są w szczególności dane dotyczące częstotliwości angażowania się seniorów w nowe inicjatywy tj. dodatkowe zajęcia oraz uczestnictwo w podmiotach skupiające osoby starsze. Niezależnie od płci i wieku, seniorzy w większości korzystają tego typu aktywności rzadko, bardzo rzadko lub czasami. Problem ten może wynikać z przyczyn takich jak: trudności logistyczne, stan zdrowia, odległość ośrodka organizującego zajęcia. Warto się jednak zastanowić czy źródło problemu może tkwić w poczuciu alienacji seniorów oraz braku komunikacji skierowanej do tej grupy, która swoją formą i treścią byłaby dla nich przystępna. Ponadto, badanie miało na celu sprawdzenie czy fakt członkostwa w organizacji, która być może organizuje takie zajęcia (np. klub seniora, UTW) wpłynie na częstotliwość udziału seniorów w zajęciach dodatkowych. Na podstawie otrzymanych wyników można jednak stwierdzić, że pomiędzy przedstawionymi rezultatami nie występują znaczące różnice.

Większość ankietowanych deklaruje przynależność do podmiotu zrzeszającego seniorów, jednak pomiędzy grupami seniorów zrzeszonych i niezrzeszonych nie występuje znacząca różnica w punktach procentowych. Wydaje się, że kobiety o wiele częściej niż mężczyźni angażują się w nowe inicjatywy. Przyczyny tego zjawiska mogą przybierać różny charakter, m.in. stan zdrowia, niechęć do przebywania w dużych zgromadzeniach czy brak motywacji. Jednak należy się zgodzić, że jest to niepokojące z tego względu, że unikanie spotkań z nowymi ludźmi może prowadzić do negatywnych skutków takich jak alienacja czy apatia. Zwiększone jest także zagrożenie nałogami. Analizie została również poddana kwestia czy ilość godzin wolnych w ciągu

dnia ma wpływ na decyzję o zaangażowaniu się w organizacje skierowane do osób starszych, jednak otrzymane wyniki nie wykazały takiej zależności.

Podsumowując, seniorzy w Świeciu nie dysponują znaczną ilością czasu wolnego. Spoczywają na nich obowiązki związane z rodziną i domem. Swój czas wolny starają się spędzać aktywnie, aczkolwiek często odpoczywają przed telewizorem. Niepokojący jest niski poziom zainteresowania dodatkowymi zajęciami i uczestnictwa w podmiotach zrzeszających osoby starsze. Wydaje się bowiem, że dzięki nim życie towarzyskie seniorów w Świeciu mogłoby być o wiele ciekawsze!

Załącznik nr 1 – kwestionariusz ankiety

Ile godzin średnio w ciągu dnia masz wolnych? (po wykonaniu wszystkich obowiązków):

a) Mniej niż 5
b) Więcej niż 5 a mniej niż 7
c) Więcej niż 7 a mniej niż 9
d) 9 godzin lub więcej

Wymień 3 najczęstsze aktywności w czasie wolnym:
…….
…….
…….

Jak często w czasie wolnym oglądasz telewizję?

a) Zawsze
b) Często
c) Czasami
d) Rzadko
e) Nigdy

Jak często w czasie wolnym aktywnie spędzasz czas (sport, spacery, nordic walking, itp.)?

a) Zawsze
b) Często
c) Czasami

d) Rzadko
e) Nigdy

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas na świeżym powietrzu (łowienie ryb, grill, itp.)?

a) Zawsze
b) Często
c) Czasami
d) Rzadko
e) Nigdy

Jak często oddajesz się innym rozrywkom (kino, teatr, muzeum, koncert, opera, potańcówka, itp.)

a) Zawsze
b) Często
c) Czasami
d) Rzadko
e) Nigdy

Czy czynności z pytań 3-6 wykonujesz sam czy w towarzystwie?

a) Najczęściej w towarzystwie
b) Najczęściej samemu
c) Czasami w towarzystwie, a czasami samemu

Jak często w czasie wolnym spędzasz czas z rodziną?
a) Zawsze

b) Często
c) Czasami
d) Rzadko
e) Nigdy

Jak często korzystasz z zajęć dodatkowych (plastyczne, muzyczne, komputerowe, językowe, manualne, itp.)?

a) Bardzo często
b) Raczej często
c) Czasami
d) Raczek rzadko
e) Bardzo rzadko

Czy należysz do jakiegoś klubu seniora, Uniwersytetu Trzeciego Wieku lub innego podmiotu skupiającego osoby starsze?

Tak (jakiego? .....)
Nie (dlaczego? ……
……...…
……...…
……...……

Wymień maksymalnie 3 najczęstsze aktywności, jakie podejmujesz w czasie wolnym wyłącznie w towarzystwie:
a) …….
b) …….
c) …….

Nie podejmuję takich aktywności

METRYCZKA:

Płeć: K M

Wiek: 60-65 66-70 71-75 Powyżej 75

Miejsce zamieszkania:

Miasto

Wieś

Załącznik nr 2 – zdjęcia

Warsztat prowadzony przez Filipa Gołębiewskiego

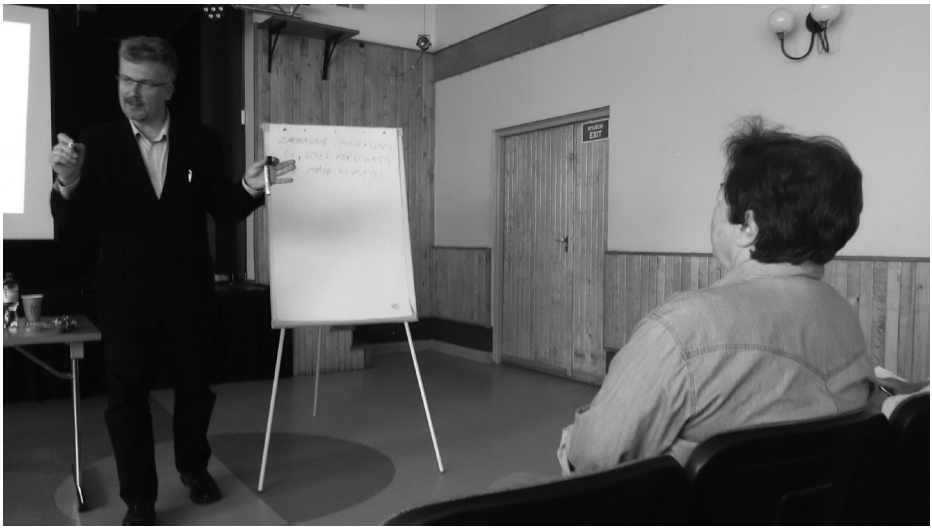
Wykład dotyczący występowania manipulacji w mediach prowadzony przez Filipa Gołębiewskiego

Wykład dotyczący występowania manipulacji w mediach prowadzony przez Filipa Gołębiewskiego

Seniorzy podczas wykładu nt. występowania manipulacji w mediach prowadzonego przez Filipa Gołębiewskiego

Dr hab. Rafał Moczkodan opowiada o fukcjonalnych odmianach stylowych

Dr hab. Rafał Moczkodan prezentuje narzędzie, które wylicza stopień trudności tekstu



Wykład dr. hab. Rafała Moczkodana

Wykład dr. hab. Rafała Moczkodana

‘

Uczestnicy podczas prezentacji dr. hab. Pawła Bohuszewicza nt. mediów społecznościowych

Wykład dr. hab. Pawła Bohuszewicza

Gra psychologiczno-integracyjna podczas warsztatu prowadzonego przez dr. Macieja Gurtowskiego

Prezentacja dr. Macieja Gurtowskiego nt. psychologii badań

Prezentacja dr. Macieja Gurtowskiego nt. psychologii badań

Prowadzący warsztat dr Maciej Gurtowski

Seniorzy podczas prezentacji nt. psychologii badań dr. Macieja Gurtowskiego

Seniorzy podczas warsztatu prowadzonego przez dr. Macieja Gurtowskiego

Seniorzy podczas warsztatu prowadzonego przez dr. Macieja Gurtowskiego

Uczestniczki podczas warsztatu prowadzonego przez dr. Macieja Gurtowskiego

Uczestniczki podczas warsztatu prowadzonego przez dr. Macieja Gurtowskiego

Dr Marta Karwacka opowiada o metodologii badań społecznych

Seniorzy z pomocą dr Marty Karwackiej wybierają temat projektu badawczego

Warsztat prowadzony przez dr Martę Karwacką

Seniorzy pracują nad kształtem narzędzia badawczego

Seniorzy pracują nad kształtem narzędzia badawczego

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Miejsce na notatki

Życie towarzyskie seniorów w Świeciu

Zwyczaje, wzorce i przyzwyczajenia

Instytut Dyskursu i Dialogu

Spółdzielczy Ośrodek Kultury „Stokrotka" w Świeciu, to prężnie działająca instytucja, która wśród swoich inicjatyw realizuje, między innymi, działania poświęcone seniorom. Na przełomie listopada/grudnia 2017 pani Grażyna Styczeń, podpisując list intencyjny ws. projektu „Senior też Badacz!", zapewne nie zdawała sobie do końca sprawy z tego jak wielki jest rozmach planowanego przedsięwzięcia.

Początek realizacji projektu we współpracy z Uniwersytetem Trzeciego Wieku przy SOK „Stokrotka" nie zapowiadał sukcesu, jakim bez cienia wątpliwości okazała się współpraca z lokalnymi seniorami. Skala wyzwań, które czekały nas wszystkich – zarówno organizatorów jak i (a może przede wszystkim) uczestników projektu – była imponująca. Celem projektu było wzbudzenie w osobach starszych perspektywy badacza, sprowokowanie ich do popatrzenia na otaczającą rzeczywistość z wnikliwością odkrywcy. Jednak zanim to osiągnęliśmy trzeba było zadbać o rzeczy najdrobniejsze – ustalenie harmonogramu zajęć, zorganizowanie cateringu, a przede wszystkim przekonanie seniorów, że… warto! Spróbować czegoś nieszablonowego – innego niż zazwyczaj. Zmienić odrobinę swoje patrzenie na świat i, niejako z lotu ptaka, uchwycić szerszy pejzaż. (…)

Na początku pierwszego wykładu prowadzący wyjął pogniecioną książkę „Zaproszenie do socjologii" Petera L. Bergera i zaczął opowiadać o tym jak zainspirowała go ona kilkanaście lat temu do pogłębionego namysłu nad społeczeństwem. Słuchający z uwagą seniorzy z każdą minutą wyglądali na coraz bardziej zainteresowanych…

Ze Wstępu Sary Smyczek

ISBN 978-83-952071-0-5

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego

Publikacja powstała w ramach projektu **"Senior też badacz! Podnoszenie kompetencji osób starszych i włączanie ich w działania badawcze i analityczne z zakresu nauk społecznych, medioznawstwa i nauk o dziennikarstwie"**, dofinansowanego ze środków Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego.