

Alespoň jedna z těchto 3 věcí může Čechům zajistit dobré stáří, míní odborník



Jiří Horecký. (S laskavým svolením Jiřího Horeckého)



Ondřej Horecký
23. 7. 2026

Je prezidentem Asociace poskytovatelů sociálních služeb, prezidentem Konfederace zaměstnavatelských a podnikatelských svazů ČR, prezidentem evropské asociace European Ageing Network a viceprezidentem evropské Federace zaměstnavatelů v sociálních službách. O stáří a jak jej kvalitně prožít, či jak to bude s péčí o ty nejstarší, jsme mluvili s Jiřím Horeckým.

V rozhovoru se mimo jiné dozvíte:

- *Bude se mít o nás na stáří kdo postarat?*
- *Jak se na stáří připravit?*
- *Kdy bude v ČR nejhorší situace ohledně sociálních služeb?*
- *Kdo zastoupí chybějící české pečovatelky a pečovatele?*

Jste autorem knihy *Druhá půlka tvého života*, kde nabízíte doporučení, jak vědomě prožít zbývající část života. O čem kniha vlastně pojednává?

Je to o tom, že v nějaký moment si každý z nás uvědomí, že je v té druhé půlce života. To znamená, uvědomí si, že ten počet let ve zdraví není neomezený, že počet let ve zdraví je omezený, času je málo, že už chytí jenom několik slunovratů a několik letních či zimních olympiád. Někdo si to uvědomí ve 40, někdo v 50, někdo v 70 a hodně lidí si to nepřipustí až do samotného závěru.

Moje kniha je o tom, jak ke stárnutí přistupovat z hlediska manažerského pohledu, to znamená, jak ten čas využít, naplánovat, jak se soustředit na ty podstatné věci a rozeznat je od těch nepodstatných. Ale samozřejmě i jak ten život prožít co nejdéle a co nejdéle naplněný a ve zdraví, včetně některých duševních nebo duchovních rozměrů života.

Nabídněte pár rad pro sendvičovou generaci, která se stará o své děti a teď i o rodiče, do toho shon v práci. Jak to máme všechno zvládat, abychom se z toho nezbláznili a fungovali bez zbytečného stresu?

Tou potenciální zátěží sendvičové generace je právě ta péče o rodiče a někdy prarodiče, protože ta péče o vlastní děti je věc, která je přirozená v tom smyslu, že je na ni člověk připraven. Ví, že dítě první měsíce a roky nebude něco umět a bude se to učit a tak dále. U seniorů, rodičů, je to věc, která je odhadnutelná, ale ne předvídatelná. Každý má nějaké představy o tom, jací jeho rodiče budou v závěru života, co budou potřebovat a ne vždycky se to naplňuje. A ta progrese je tam horší, nikoliv lepší, jako u těch dětí.

Takže u té sendvičové generace je jedna část toho sendviče ta těžší, náročnější, špatně se odhaduje a člověka to vyčerpává, zatěžuje. No a připravit se na to úplně nedá. Člověk se může připravit na to, že bude po nějaká podpora, pomoc v péči rodičům, ale na to, že blízký člověk skončí s nějakým typem demence, rozkladem osobnosti, že se mu bude proměňovat před očima, že bude zapomínat, nebude identifikovat, s kým mluví, to je věc, na kterou se prostě připravit nedá. Každý ji prožívá jinak.

Zásadní roli by v tomhle ohledu měl hrát stát, prostřednictvím ať už sociálních služeb, poradenství, pomoci, byť většina péče leží na těch rodinách, v České republice nějakých 80 až 85 %. Ale řada těch neformálních pečujících právě uvádí jako jeden z největších problémů či bariér nepřipravenost, nedostatek informací, nedostatek podpory. Ani ne tak finance, ty jsou většinou až na druhém místě, ale právě tady tu věc.

Zmiňoval jste řadu aspektů, které vstupují do hry, když se člověk připravuje na stárnutí. Který z nich je nejdůležitější? Je to zdraví, duchovno, finanční zabezpečení... nebo je to celý ten komplex faktorů?

Já si myslím, že z hlediska stárnoucího člověka jsou to dvě věci. Ta jedna je zdravotní, to je ta diskutovanější, víc zmiňovaná, prevence zdraví, co dělat, co už nedělat, jaká jsou zdravotní rizika ve starším věku, kde si dávat pozor na první příznaky některých chorob a hned to řešit a podobně. Zdravotní aspekt je hodně spojován se stářím, ale ta druhá věc, která je neméně důležitá, ale je méně diskutovaná, je nějaká každodenní aktivita, nějaká potřeba. Zapojení se do společnosti je zabránění tomu, aby člověk nebyl sám, protože samota je to nejhorší, co může být a má vliv i na tu zdravotní stránku.

Je to něco, co jsem párkrát zažil u lidí, kteří se strašně těšili na důchod, pak přišel ten blažený okamžik, když už nemuseli vstávat do práce a za tři, čtyři, pět měsíců, když jsem se s nimi bavil, tak najednou tam byla jakási prázdnota, pocit nenaplnění, pocit nedostatečných sociálních kontaktů, toho, že už nejsem úplně potřebný, pocit zbytečnosti.

A to je rozměr života ve starším věku, který je neméně důležitý než ten zdravotní stav. Není to jenom být zdravý, ale být aktivní, být tu pro někoho nebo pro něco, být tady proto, aby ten můj život měl až do samotného závěru nějaký smysl. Je to o hledání toho, co naplňuje nejenom nás, ale pomáhá a naplňuje i ostatní.



Zdravý životní styl, děti nebo úspory na péči. Minimálně jedno z toho vám může zajistit dobré stáří, radí Jiří Horecký. (PerfectWave / Shutterstock)

Zmínil jste, že až 85 % lidí u nás se stará o své rodiče. Je nějaký trend, který by ukazoval, že se to změní nebo naopak zhorší s tím, jak bude seniorů přibývat?

Zatím ty trendy vypadají, že se to zhorší. Shodou okolností zítra (21. 7.) budu s panem ministrem práce a sociálních věcí Juchelkou, abych mu představil studii, kterou jsme si nechali udělat. Ta říká, co se stane za 5,

za 10, za 15, za 20 let, kolik bude po nových pracovníků, pečovateli, pečovatelek a tak dále. Za těch 10 letech to má být 55 tisíc zaměstnanců, což úplně nevypadá, že seženeme.

My víme, kolik lidí bude starších 85 let za 10, za 15, za 20 let. Víme, jaký bude zhruba jejich zdravotní stav na základě poměrně přesných predikcí a víme, že kapacity služeb, a tím nemyslím teď jenom domovy pro seniory nebo domovy pro osoby trpící demencí, ale i terénní služby, ambulantní a tak dále, tak že nerostou a ani to nevypadá, že porostou v příštích letech stejným tempem jako poptávka.

Takže lze očekávat, že ještě trochu více toho břemene péče se přesune na neformální pečující, což může mít i další negativní ekonomické důsledky, ať už zdravotní, pokud na tu péči budou opravdu sami a bude náročná, nebo i z toho titulu, že budou odcházet z trhu práce a budou na něm chybět.

Je reálné u nás sehnat ony desítky tisíc pracovníků sociálních služeb? Co si budeme říkat, platy v tomto sektoru nejsou příliš atraktivní. Někteří proto vidí cestu v rekrutování pracovních sil ze třetích zemí, například Filipín. Filipínci jsou ve světě známi jako skvělí zdravotníci a pečovatelé, ale u nás tam vidím jazykovou bariéru. Lze ji překonat a jsou zahraniční pracovníci schůdná cesta?

Je to cesta, která bude čím dál tím víc využívána. Těch 55 000 pečovateli a pečovatelek, které budeme v dalších 10 letech potřebovat, nepůjde rekrutovat jenom z lidí žijících na území České republiky. Zahraniční pracovníci jsou v sociální péči na Západě zcela běžní, nejsou to jen Filipínci, jsou to i lidé z Maroka, z Vietnamu, z Indie a podobně.

U nás se teď poměrně rozšiřuje i počet Filipínců, zejména v soukromých zařízeních nebo v českých nemocnicích. Ale bez nějaké elementární znalosti českého jazyka to není možné, protože u seniorů ve věku 80+ je znalost angličtiny velmi malá až nulová. Nicméně jsem shodou okolností měl před pár hodinami jednání, že by se otevřelo školící centrum pro český jazyk i na Filipínách a že by Filipínci, kteří sem budou jak do zdravotnictví, tak do sociálních služeb přicházet, disponovali elementární znalostí jazyka. Myslím si, že počet zaměstnanců z Filipín bude v příštích letech násobně větší, než je teď.

Takže si myslíte, že jazyková bariéra půjde překonat?

Myslím si, že ano, protože v nějaký moment např. v oblasti poskytování péče u lidí s demencí, kteří mají sami velmi omezenou možnost domlouvání se, je jazyk v týmu, kde filipínská pracovníce

doplňuje dalších 20 zaměstnanců, věc překonatelná s tím, že si ten jazyk může zlepšovat každým měsícem práce a pobytu u nás.

Je pro stát finančně výhodnější, když se o seniory starají jejich děti nebo pečovatelé?

Pro stát je nejlevnější, když se starají o seniory děti, ale aniž by kvůli tomu museli odejít z trhu práce. To znamená, že z tohoto pohledu se jeví dlouhodobě jako nejlepší takzvaná kombinovaná nebo také sdílená péče, kdy je sice zabezpečená primárně daným rodinným příslušníkem, ale aby nemusel z trhu práce odejít, tak je to kombinováno s pečovatelem, pečovatelkou, nějakým terénním pracovníkem nebo nějakou denní službou, kdy já odvezu maminku na celodenní pobyt, nebo aspoň dostanu odlehčovací služby, tzn. někdo se sice stará, ale dvakrát do roka na tři týdny tu péči předá nějaké pobytové odlehčovací službě. To je řešení, které je nejlepší z více pohledů, jak z těch dopadů na veřejné rozpočty, tak dopadu na rodiny, ale i dopadu na kvalitu života, protože člověk zůstává delší dobu, ne-li až do samého závěru, v domácím prostředí.

Bude se tedy mít o naši generaci dnešních padesátníků kdo postarat?

Tomu, komu je teď 50 let, tak bude potřebovat péči až za nějakých 30–35 let, protože většině lidí, kteří jsou v domovech pro seniory, je 85 až 90 let. To znamená, že se zvyšuje i soběstačnost v starším životě, byť ne moc. Nejhorší situace v České republice bude mezi lety 2030 až 2040 a pak už se to začne postupně zase trochu zlepšovat.

To, jestli se bude mít kdo o nás postarat, bude záležet na tom, jaké se budou budovat kapacity a růst služby, zejména terénní, a částečně to ovlivní i nástup nových technologií, protože už teď se testují nebo se pomalu zavádějí inteligentní monitorovací systémy, který dohlíží i na lidi trpící demencí, které připomínají léky nebo digitální lékovky, které se otevřou a podobně. Lze očekávat, že v příštích 5–10 letech tyto technologie umožní lidem zůstat doma soběstační ještě o trochu déle.



Bude se mít o nás kdo postarat? Ilustrační foto. (PeopleImages / Shutterstock)

Technologie ovšem všechno nevyřeší. O lidi se přeci jen musí starat především lidé. Co doporučujete, aby člověk nezůstat na stáří takříkajíc na holičkách?

Pokud člověk nemá děti, u kterých lze očekávat, že se o něj nějakým způsobem postarají, tak za mě to doporučení by bylo buď se pojistit nebo nějakým způsobem myslet i na finanční zajištění, protože i když sociální péče nebude úplně dostupná, tak ta soukromá, která se platí navíc, tak ta se bude vyvíjet víceméně podle toho, jaká bude poptávka lidí, kteří jsou schopni ji zaplatit. Takže buď děti, nebo zdravý životní styl, anebo myslet na zadní kolečka a mít ještě nějaké zdroje, které by mohly být částečně využívány i na nakupování péče nad rámec toho, co zajišťuje stát.

Podle toho, co říkáte, kapacity nejsou a ani nebudou dostatečné, nicméně trh by si to měl vyřešit sám. Jde akorát o to, že nějaké procento lidí nebude na adekvátní péči mít. Víme, kolik takových lidí bude?

To je těžké říct, protože tady máme nějaký podíl domovů, který dostává státní dotace a tam si to může dovolit každý, protože ten, kdo na to nemá, úhrada se mu sníží. A pak je tady nějakých 6, 7, 8 tisíc lůžek z těch 63, 65 tisíc, kde dotace není a tam je potřeba doplácet 15 až 25 tisíc měsíčně navíc. Tam i víme, kdo si to nemůže dovolit, ale podíl těch lůžek se mění, protože tu dotaci dostávají více a více i ta soukromá zařízení, byť jenom v některých krajích.

Ideální by bylo, kdyby kapacity i nabídka vznikaly podle poptávky, ale to bychom museli mít jiný systém financování, ne ten dotační, který říká, že ten, kdo dotaci dostane, může rozšiřovat nebo zužovat služby. Systém, který je například v Německu, kdy každý, kdo péči potřebuje, dostane obnos peněz na tu péči, znamená, že kapacity rostou podle toho, jak roste poptávka, protože stát to prostřednictvím pojištění každému zaplatí a žádné dotace už nerozděluje. Takový systém funguje i v jiných zemích, ale v České republice to možné není, protože o tom vždycky rozhoduje kraj, komu dotaci dá a nedá. Když si někdo otevře novou sociální službu, ať už pečovatelskou službu nebo domov pro seniory, rozdělení dotace je politické rozhodnutí, kde nerozhoduje poptávka.

Nemůže si dnes pečovatelskou službu koupit kdokoliv? Jsou přece firmy, které nabízí hodinové služby, které si platíte z vlastní kapsy, ne?

No, není to tak jednoduché. Pečovatelskou službu lze poskytovat pouze jako registrovanou sociální službu a když je registrovaná, strop úhrady činí 165 Kč za hodinu. Když to někdo nabízí soukromě, může nabídnout jen soukromé služby dle živnostenského oprávnění, které jsou spojené s chodem domácnosti nebo individualizované služby, to znamená úklid a donášku jídla, praní prádla nebo možná nějaký popovídání si, ale sociální služby už znamená vstupovat do integrity člověka, do jeho intimity, poskytovat hygienu, mýt ho a tak dále. To už nemůžete dělat na základě živnosti, je třeba mít kvalifikaci a pokud to někdo dělá, pak jde o nelegální poskytování sociální služby.

V České republice existuje ale ještě jedna možnost, tzv. asistent péče. To může být jakákoliv osoba (třeba soused), která uzavře se seniorem písemnou smlouvu, poskytuje mu dle jeho potřeb péči a senior ho platí ze svého příspěvku na péči. Ta písemná smlouva se pak odevzdá na příslušné pobočce úřadu práce. Má to ale 2 omezení. První je, že jedna osoba se může takto starat maximálně o 3 seniory, a druhé je, že v případě příjmu nad 27 000 Kč měsíčně se musí rozdíl zdanit.

Zmiňoval jste německý model. Je nějaká šance, že by v budoucnu tento systém mohl fungovat i u nás?

Současné vedení ministerstva chce představit úplně nový zákon, chtěli otevřít debatu o pojištění, o financování, ale zatím po půlroce, co tam jsou, se tak nestalo. My i v rámci té studie, kterou zítra představíme, budeme navrhopvat některé změny. Zatím to není vyloučené, ale určitě by to přesahovalo jedno volební období.

Děkujeme za rozhovor.