

Krok za krokem k samostatnosti: Jak fungují nácvikové domácnosti v Domově pod Kuňkou

V únoru 2026 udělal Domov pod Kuňkou další významný krok na své cestě k modernizaci sociálních služeb. Zahájil totiž projekt s názvem Podpora transformace Domova pod Kuňkou II, který je spolufinancován Evropskou unií. Hlavním cílem projektu je změna způsobu života jeho uživatelů – přechod z ústavního prostředí do přirozeného, komunitního způsobu života.

■ **Text:** Mgr. Anna-Marie Andresová,
Domov pod Kuňkou

► Co znamená transformace v praxi?

Cílem projektu je umožnit uživatelům žít život, který se co nejvíce podobá životu jejich vrstevníků. Nejde jen o změnu adresy, ale o celkový způsob podpory. Uživatelé by měli být aktivní součástí místní společnosti, navazovat přirozené mezilidské vztahy mimo brány zařízení, rozhodovat o svém vlastním dni, jít a v volném čase a posilovat svou nezávislost a právo na sebeurčení.

► Návčikové domácnosti jako bezpečný most k novému domovu

Klíčovou aktivitou, která od března 2026 běží naplno, je provoz tří nácvikových domácností. Domácnosti slouží jako příprava na stěhování a život uživatelů v nových lokalitách v Pardubicích a Heřmanově Městci. Budoucí spolubydlící se sestěhovali



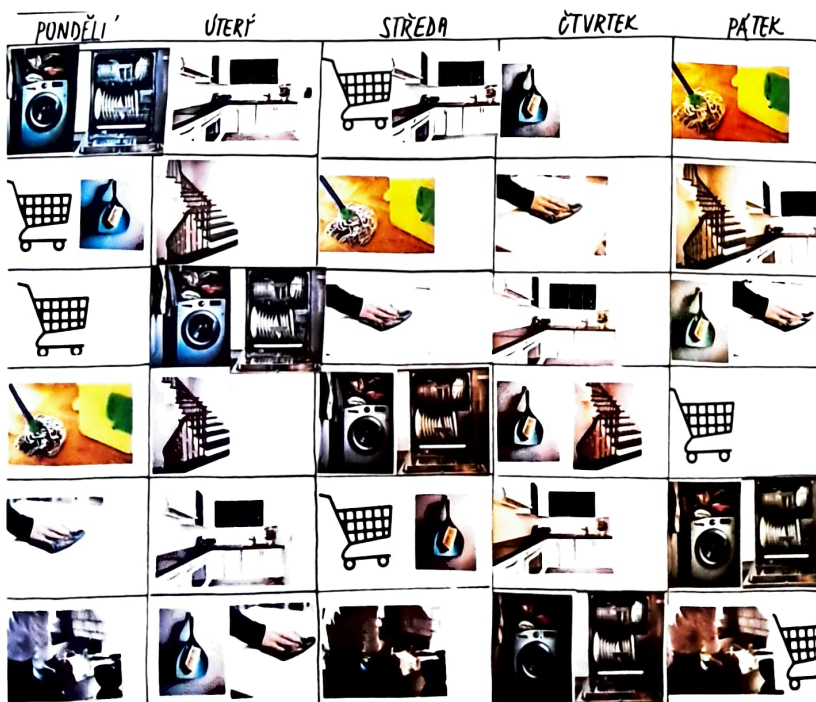
s předstihem, aby si v každé ze šestičlenných skupin vyzkoušeli, zda jim taková budoucnost vyhovuje. S podporou pracovníků se tak už v rámci stávající služby učí společnému soužití v prostředí, které co nejvěrněji simuluje jejich budoucí domov.

Nácvikové domácnosti slouží pro nácvik dovedností potřebných k běžnému životu. Jsou vybaveny novými kuchyňskými linkami a moderními spotřebiči, aby odrážely realitu budoucího prostředí. Pod dohledem zaměstnanců si zde uživatelé osvojují dovednosti, jako je hospodaření – sestavení nákupního seznamu a samotný nákup potravin, vaření – příprava jednoduchých pokrmů a snídání, péče o domácnost – obsluha pračky, třídění prádla, obsluha myčky, úklid a mobilita – využívání hromadné dopravy. Kromě praktických úkonů je kladen důraz na vzájemné soužití. Uživatelé se učí, jak si rozdělit role v domácnosti a jak spolu vycházet v menším kolektivu, v rámci kterého se později budou stěhovat do komunitního bydlení. Prostedí nácvikových domácností navíc výrazně zvyšuje možnosti individuální práce. V každé z nich totiž působí aktivizační pracovnice, která chod domácnosti vede. Díky takto malému počtu uživatelů v jedné skupině mohou zaměstnanci mnohem lépe a citlivěji reagovat na specifické potřeby každého z nich.

Aby bylo společné soužití v domácnostech co nejpříjemnější, učí se uživatelé brát život do vlastních rukou, vzájemně spolu komunikovat a na všem se domlouvat. K přehlednému výkonu domácích prací pomáhá uživatelům obrázkový harmonogram. Tento vizuální plán na nástěnce ukazuje rozpis činností na jednotlivé dny pro konkrétní uživatele. Každý se tak může sám nebo s pomocí pracovníka snadno podívat, co ho v daný den čeká a jakou roli v domácnosti má. Uživatelé se tak učí rozdělit si povinnosti.

Novinkou je také nácvik přípravy snídaní v jedné z domácností pro uživatele se střední mírou podpory. Celý proces je postaven na jejich vlastním rozhodování a spolupráci. Na konci každého týdne si uživatel sednou a domluví se, co by rádi další týden snídali. Vysledný obrázkový jídelní lístek pak vyvěsí na nástěnku. Podle obrázkového harmonogramu činnosti se určí, kdo půjde nakupovat. Vybraný uživatel s pomocí pracovníka sestaví nákupní seznam a zajistí suroviny v obchodě. V kuchyni se pak uživatelé podle rozpisu střídají při přípravě pokrmů.

Díky tomu už nejsou uživatelé jen pasivními příjemci předem stanovené snídani, ale sami určují, jak bude jejich ráno vypadat. Tato aktivita učí uživatele vzájemně komunikovat, domlouvat se a dělat společně.



na rozhodnutí, což posiluje jejich samostatnost.

» Moderní technologie a komunikace bez bariér

Transformace v Domově pod Kuňkou jde ruku v ruce s moderními metodami práce. Do procesu učení je zapojena **inovativní metoda 3D stimulace**. Díky virtuální realitě a speciálně natočeným videím na míru si uživatelé mohou bezpečně vyzkoušet různé situace „nanečisto“ v digitálním prostředí, než se do nich pustí v reálném světě.

Novinkou je také zavádění práce s **alternativní a augmentativní komunikací (AAK)**. Tato metoda je klíčová pro uživatele s omezenými řečovými schopnostmi.

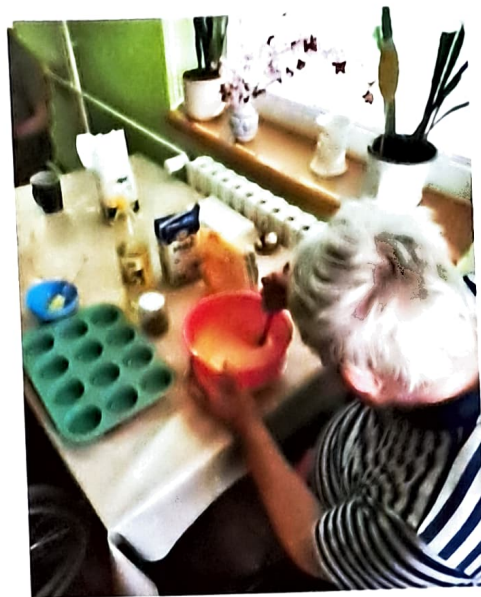


Pomocí speciálních pomůcek a symbolů pomáhá jasně formulovat jejich přání, potřeby a stížnosti, což je základní předpoklad pro jejich důstojnost a možnost volby. Lepší vzájemné porozumění navíc výrazně zvyšuje kvalitu poskytovaných služeb ze strany zaměstnanců.

Domov pod Kuňkou spolupracuje s odborníci na tuto problematiku – paní Mgr. Bohdanou Kubíkovou, zkušenou speciální pedagožkou, logopedkou a spoluzakladatelkou spolku AAK. Během společných setkání paní Kubíkové a týmu zaměstnanců vzniká ucelená metodika AAK. Ta se následně zavede do praxe u vybraných uživatelů, kterým se tak otevrou zcela nové možnosti, jak se dorozumět se svým okolím a žít důstojný život s možnostmi vlastní volby.

» Společně k cíli

Proměna Domova pod Kuňkou ukazuje, že celý proces stojí na každodenních praktických krocích – od společného plánování nákupů a přípravy snídaní v nácvikových domácnostech až po zavádění nových komunikačních metod a digitálních technologií. Nácvik vychází z individuálních plá-



nů přechodu každého klienta. Do přípravy jsou úzce zapojeni také rodinní příslušníci a opatrovníci, kteří tvoří důležitou síť podpory. Díky zázemí v menších skupinách a individuální práci pracovníků získávají uživatelé přesně takovou podporu, jakou potřebují. Výsledkem jsou konkrétní dovednosti a samostatnost, které jim otevrou dveře k běžnému životu v komunitě. ■■