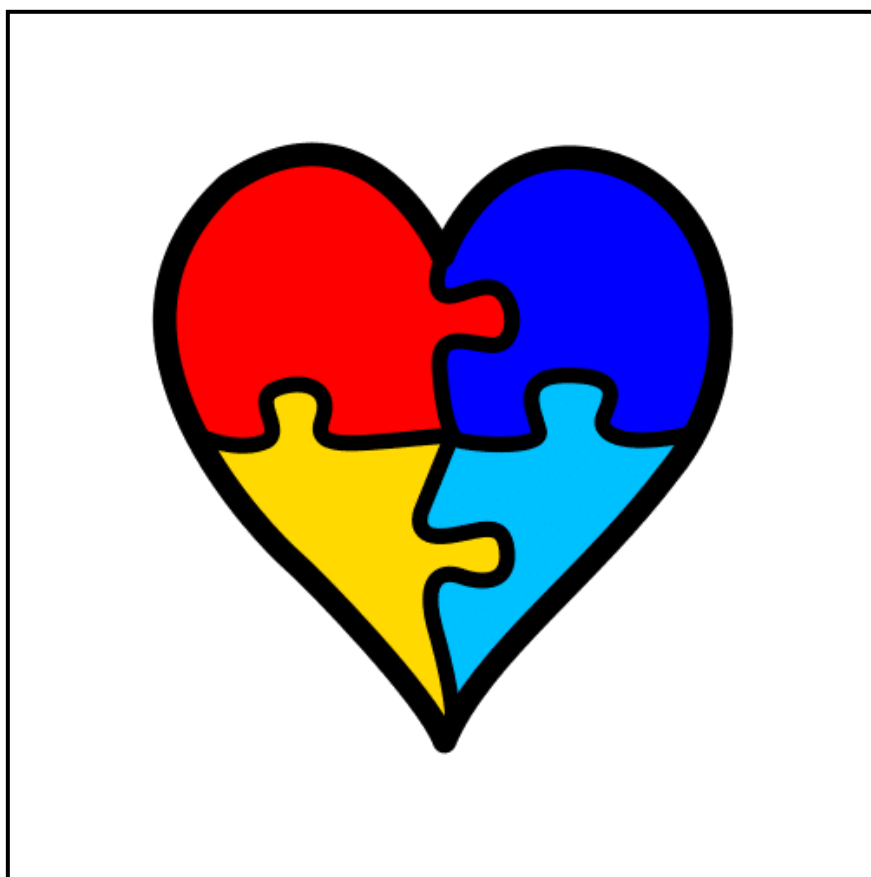


Poradnik dla osób z ASD

klientów Ośrodków Pomocy Społecznej





Co to jest ośrodek pomocy społecznej?



Ośrodek Pomocy Społecznej to miejsce, gdzie pomoc znajdują osoby w trudnej sytuacji życiowej między innymi ubogie, starsze i niepełnosprawne.



Czym zajmuje się Ośrodek Pomocy Społecznej

W Ośrodku pracownicy pomagają osobom w różnym wieku i z różnymi problemami.

- Ośrodek Pomocy Społecznej jest w każdej gminie, mieście. Duże miasta mają ośrodki w każdej dzielnicy.
- W Ośrodku dostaniesz poradę, wsparcie i pomoc, na przykład pieniężną.
- W Ośrodku osoba potrzebująca dostanie opiekę specjalistów między innymi pracownika socjalnego, asystenta rodziny, psychologa czy prawnika.
- Ośrodki współpracują z różnymi instytucjami, żeby skutecznie pomagać osobom potrzebującym.



Co możesz u nas załatwić w Ośrodku Pomocy Społecznej

- Przyjdź się do Ośrodka Pomocy Społecznej lub skontaktuj się telefonicznie albo mailem, jeśli znalazłeś się w trudnej sytuacji na przykład brakuje Ci pieniędzy na podstawowe potrzeby lub jesteś ofiarą przemocy domowej.
- Możesz u nas otrzymać poradę, wsparcie i pomoc.
- Pomoc udzielana osobom w potrzebie może być pieniężna i niepieniężna.

Pomoc pieniężna to na przykład zasiłki.

Pomoc niepieniężna to na przykład praca socjalna czyli wsparcie pracownika socjalnego.

- Jeżeli masz trudności w opiece i wychowaniu dzieci otrzymasz wsparcie asystenta rodziny.
- Ośrodek pomaga także osobom bezdomnym.
- Ośrodek pomaga także osobom starszym.
- Możesz u nas otrzymać usługi opiekuńcze.

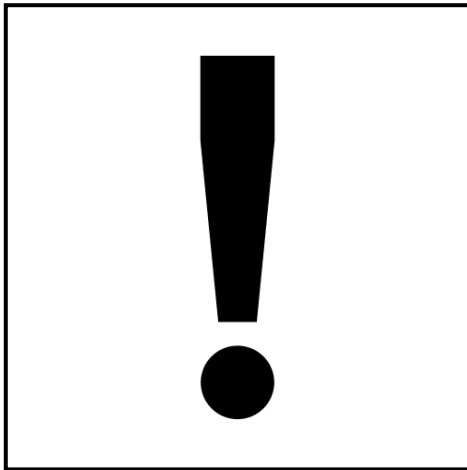
Usługi opiekuńcze to pomoc opiekuna w twoim domu.

Taka pomoc to wsparcie w codziennych czynnościach domowych.

Warto wiedzieć, że zanim otrzymasz pomoc z Ośrodka pracownik socjalny przyjdzie do Ciebie, żeby zrobić wywiad środowiskowy.

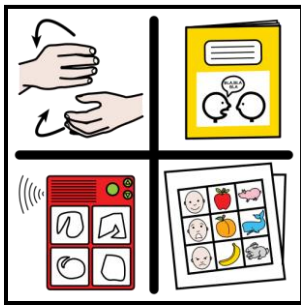
Warto wiedzieć, że o otrzymaniu pomocy powiadomi Cię pracownik i otrzymasz dokument.

Ten dokument to najczęściej decyzja administracyjna.



Co jest kiedy załatwiasz sprawę w Ośrodku Pomocy Społecznej?

- **Komunikacja**
- **Miejsce – organizacja miejsca obsługi dla osób z ASD**
- **Plan**
- **Czas**



Komunikacja czyli jak zrozumieć, to co mówią pracownicy Ośrodka?

Staraj się być spokojnym i skoncentrować się na głosie rozmówcy.

Jeśli będzie zbyt głośno – powiedz o tym

Jeśli coś będzie Ci przeszkadzać w zrozumieniu tego, co słyszysz od pracownika Ośrodka – powiedz o tym.

Mów o swoich potrzebach.

Poproś o rozmowę w osobnym pokoju.

Poproś o używanie mówika czy kart do komunikacji.

Poproś o mówienie krótkimi zdaniami.

Zawsze sygnalizuj, że nie rozumiesz czy potrzebujesz powtórzenia.



Komunikacja alternatywna i wspomagająca czyli AAC

Może się zdarzyć, że będziesz potrzebować użycia książki do komunikacji z piktogramami.

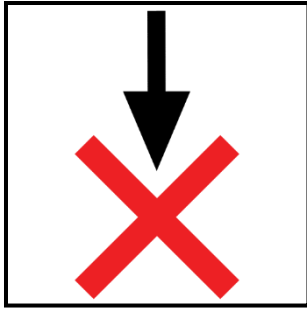
Zrób to.

Może zdarzy c się, że będziesz potrzebować użycia mówika czy innej aplikacji do komunikacji w swoim telefonie.

Zrób to.

Warto mówić o tym, czego potrzebujesz.

Dzięki temu będziesz lepiej rozumianym, szybciej i sprawnie załatwisz sprawę w Ośrodku.



Miejsce załatwienia sprawy

Miejsce, w którym będziesz załatwiać sprawę w Ośrodku Pomocy Społecznej to może być pokój pracownika socjalnego albo punkt obsługi klienta.

W Ośrodku może być głośno.

Mogą dzwonić telefony i kilka osób może mówić w jednym momencie.

W Ośrodku razem z Tobą mogą być inne osoby.

Jeżeli przeszkadza Ci hałas lub obecność innych osób – powiedz o tym pracownikowi Ośrodka.

Poproś o rozmowę w innym miejscu.

Mów o swoich potrzebach.

Masz do tego prawo.



Plan czyli jak skutecznie załatwić sprawę w OPS?

Zanim przyjdiesz do ośrodka warto zrobić plan wizyty.

Warto wiedzieć po co idziesz do Ośrodka i co chcesz powiedzieć pracownikowi Ośrodka.

Plan wizyty pomoże Ci czuć się bezpiecznie i panować nad tym, co się dzieje w trakcie wizyty.

Wizyta z planem będzie łatwiejsza.

Plan pozwala sprawdzać ile jeszcze rzeczy masz do zrobienia w Ośrodku.

Zdarza się, że jedna sprawa wymaga, żeby wykonać kilak rzeczy.



Czas jest ważny

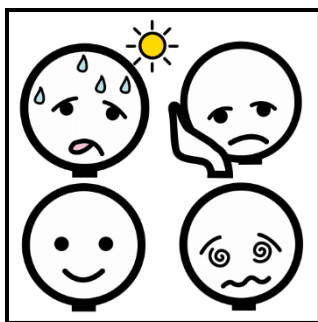
Należy pamiętać, że aby wizyta w Ośrodku zajmie Ci czas.

Warto sprawdzić czego potrzebujesz do załatwienia sprawy.

Warto zabrać ze sobą dokumenty takie jak: dowód osobisty i orzeczenie o niepełnosprawności.

Będziesz potrzebować też dokumentów o swoich dochodach.

Dochód to pieniądze, które dostajesz na przykład renta.



Emocje

Emocje towarzyszą wszystkiemu, co robisz.

Każda sytuacja wywołuje emocje.

Podczas wizyty w Ośrodku możesz czuć niepokój czy zdenerwowanie.

To normalne.

To, co czujesz jest ważne.

Jeśli czujesz się źle – mów o tym.

Każdy z nas może czuć się trochę inaczej w podobnej sytuacji.

Warto o tym pamiętać.

Pamiętaj: Pracownik Ośrodka pomoże Ci się uspokoić i zrozumieć co się dzieje.

Jesteś gotowy!

Powodzenia!

“© European Easy- to-Read Logo: Inclusion Europe. More information at <https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/>”.

Autor piktogramów: Sergio Palao, źródło: [Link do strony, z której pochodzą symbole użyte w dokumencie.](#)

Licencja: CC (BY-NC-SA), właściciel: rząd Aragonii (Hiszpania).