



Независимое проживание

<https://dsb.wa.gov/our-services/independent-living>

Программа независимого проживания (Independent Living [IL] Services) помогает людям независимо проживать в своем доме и сообществе.

Участники программы потеряли или теряют зрение и в связи с этим испытывают трудности в выполнении обычных повседневных действий. Для большинства участников цель участия в программе независимого проживания — просто восстановить утерянные навыки: способность позвонить другу, прочитать последний бестселлер из списка New York Times, разогреть оставшуюся еду в микроволновке, определить, который сейчас час, чтобы вовремя попасть на прием к врачу, выписывать чеки для оплаты счетов, любоваться фотографиями своих близких или гулять на свежем воздухе.

Участвуя в программе независимого проживания участники приобретают уверенность, овладевают навыками и альтернативными приемами, которые позволяют сохранить или вернуть способность независимо выполнять все эти и многие другие действия. Они получают возможность выбирать свой образ жизни и уровень независимости на основании информации и знаний, а не субъективно воспринимаемых ограничений.

Соответствие критериям и оплата

Программа независимого проживания предназначена для людей в возрасте от 24 лет, которые потеряли зрение или которым слепота не позволяет самостоятельно жить в своем доме. Программа предоставляет услуги безработным людям, тем, кто ищет работу, учится или планирует пойти учиться.



Лицам младше 24 лет или тем, кто стремится найти или сохранить работу либо пойти учиться, лучше обратиться за услугами профессиональной реабилитации, которые предоставляются через Департамент по делам слепых (Department of Services for the Blind, DSB).

Участникам не требуется номер социального обеспечения. Программа предлагает услуги для всех лиц, независимо от наличия гражданства.

DSB не взимает плату за участие в программе независимого проживания.

Общая информация о программе независимого проживания

Услуги по программе независимого проживания предоставляются по месту жительства поставщиками, которые соответствуют строгим стандартам в отношении квалификации и качества услуг, установленным DSB. Поставщики услуг проходят обширную подготовку по обучению слепых навыкам адаптации, а также обладают профессиональными знаниями об адаптивных приспособлениях и устройствах. Услуги обычно предоставляются на дому у клиентов и всегда направлены на оказание помощи клиентам в достижении поставленных ими целей. Для клиентов, которые испытывают горе, страх или даже гнев, доступны консультации по адаптации. Для некоторых клиентов программы бесплатно предоставляются такие адаптивные устройства, как белые трости, медицинские устройства, устройства для кухни и лупы для чтения и письма.

Когда клиент начинает получать услуги, поставщик услуг оформляет его дело. Обычно клиент и поставщик встречаются лично, чтобы обсудить ограничения и цели клиента. Вместе они разрабатывают и согласовывают план действий по достижению этих целей. После составления плана клиенту обычно предоставляются услуги в течение двух–трех встреч продолжительностью один–два часа каждая. После достижения целей предоставление услуг прекращается, и дело закрывается. Если клиенту требуется дополнительная помощь, он всегда может возобновить участие в программе.



Обучение и консультации для слепых

<https://dsb.wa.gov/our-services/independent-living/skills-blindness-training-and-counseling>

Задача программы независимого проживания — обучить навыкам и предоставить инструменты людям, которые недавно потеряли зрение и хотят жить самостоятельно, а также вселить в них уверенность в том, что у них все получится. Программа обучает слабовидящих или слепых лиц различным навыкам. Эти навыки адаптации позволяют потерявшим зрение людям вести независимый и успешный образ жизни в своем доме и сообществе.

Сотрудники программы независимого проживания не занимаются вопросами обеспечения жильем и не предоставляют услуги по уходу или ведению домашнего хозяйства. Информацию о предоставлении таких услуг можно получить, обратившись в агентство по делам пожилых лиц по месту жительства через веб-сайт Управления по делам пожилых лиц и оказанию услуг долгосрочной помощи (Aging and Long-Term Support Administration): <https://www.dshs.wa.gov/AL TSA/resources>.

Повседневные действия по самообслуживанию

Успешно выполняйте повседневные действия по самообслуживанию.

От личной гигиены до приготовления пищи, от уборки и ведения домашнего хозяйства до покупок в магазине, отдыха и развлечений — сотрудники программы независимого проживания могут обучить вас навыкам адаптации, благодаря которым вы сможете продолжать выполнять повседневные действия по самообслуживанию.

Общение

Поддерживайте связь с семьей и друзьями и будьте в курсе текущих событий.

Сотрудники программы независимого проживания обучают, как получить доступ к средствам массовой информации, новостям и развлечениям.



Сотрудники также могут помочь клиентам пользоваться телефонами и компьютерами, чтобы поддерживать связь с родственниками и друзьями.

Ориентация в пространстве и передвижение

Безопасно перемещайтесь по дому и самостоятельно передвигайтесь по району.

В программе работают специалисты по ориентации и перемещению в пространстве, которые могут помочь участникам научиться безопасно перемещаться по дому, близлежащим окрестностям и по всему миру. Эти специалисты могут обучить участников различным приемам — от ориентации с помощью поводыря до использования невизуальных навыков и длинной белой трости для безопасного и самостоятельного передвижения.

Консультации по адаптации

Сотрудники программы предлагают краткие консультации по адаптации для участников, которые испытывают горе, страх или даже гнев в связи с ухудшением зрения или внезапной слепотой. Обратите внимание, что это не кризисное консультирование и не психотерапия.

Информационно-справочные услуги

Сотрудники программы обладают обширными сведениями о ресурсах, программах и льготах для людей с нарушением зрения. Они могут предоставить участникам информацию о национальных ресурсах, ресурсах штата или района и помочь им обратиться за другими доступными и полезными услугами, включая информацию об аудиокнигах, услугах паратранзита и других услугах.

Приспособления и устройства

<https://dsb.wa.gov/our-services/independent-living/aids-and-devices>

Слепые или слабовидящие люди используют вспомогательные технологии для выполнения необходимых действий. Вспомогательные технологии



предусматривают использование приспособлений или устройств, которые облегчают или делают возможным выполнение задачи для человека, потерявшего зрение. Предлагаются различные вспомогательные устройства, например:

- лупы для чтения, занятий изобразительным и декоративно-прикладным искусством и других занятий;
- специальные антибликовые очки;
- говорящие часы и туалетные принадлежности;
- трости для передвижения;
- календари, напечатанные крупным шрифтом;
- телефоны, калькуляторы и другие домашние устройства с крупными кнопками;
- тактильные индикаторы для бытовой электронной аппаратуры и приборов;
- индикаторы уровня жидкости и другие кухонные гаджеты.

Сотрудники программы могут помочь участникам выбрать подходящие вспомогательные устройства, которые позволят им достичь необходимого уровня независимости у себя дома или в сообществе. Участников программы также научат пользоваться этими устройствами.

Как это работает

Если вы считаете, что обучение навыкам адаптации или получение вспомогательных устройств может помочь вам или вашему знакомому, программа независимого проживания может помочь получить их бесплатно. Вначале сотрудники программы определяют, какие навыки, устройства и ресурсы необходимы, а затем, опираясь на сильные стороны участников, максимально обеспечат их независимость с помощью целенаправленного обучения и специализированных приспособлений и устройств.

Для получения дополнительной информации пишите нам по адресу info@dsb.wa.gov, звоните по номеру 800-552-7103 или заказывайте услуги онлайн по адресу: <https://dsb.wa.gov/resources/request-services>.