

**Instrukcja stosowania
innowacji społecznej**

„SamoDZIELNI w kuchni”

1. Na jakie problemy odpowiada innowacji społeczna „Samodzielni w kuchni”.

Zaproponowana innowacja społeczna jest wynikiem konsultacji ze środowiskiem osób z niepełnosprawnością intelektualną, terapeutami, osobami wspierającymi samodzielność tej grupy odbiorców. Mając na uwadze pojawiające się rozwiązania wspierające samodzielne życie osób z niepełnosprawnością intelektualną, przeanalizowano z grupą odbiorców jakich narzędzi brakuje do wspierania całkowitej samodzielności. Środowisko osób z niepełnosprawnością intelektualną wskazało problemy związane ze zdrowym odżywianiem i samodzielnym przygotowywaniem posiłków. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną, jak wynika z obserwacji, często żywią się półproduktami, produktami niezdrowymi. Osoby te mają problem z przygotowywaniem posiłków pełnowartościowych, zapewniających dostarczenie do organizmu niezbędnych składników diety. Dodatkowo zauważany jest problem

z samodzielnością w przygotowywaniu posiłków ze względu na brak całościowego materiału przygotowanego w wersji dostępnej dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, czyli w formie tekstu łatwego do czytania i zrozumienia. W odpowiedzi na wyżej wymienione problemy, powstała innowacja „Samodzielni w kuchni”, która składa się z trzech broszur z przepisami na:

- śniadania,
- kolacje,
- obiady
- przekąski słodkie i słone.

Wszystkie dania zostały przygotowane przez pasjonatkę kuchni polskiej, w konsultacji z psychodietetyczką.

Broszura okazała się świetnym uzupełnieniem samodzielności osób z niepełnosprawnością intelektualną. Testerami innowacji były osoby w dużym stopniu samodzielnie – mieszkańcy mieszkania wspomaganego, którzy dodatkowo są uczestnikami Warsztatów Terapii Zajęciowej, Środowiskowego Domu Samopomocy, oraz osoby pracujące. Wszystkie te osoby miały problem z zaplanowaniem posiłków zdrowych, pełnowartościowych. Miały też problem z samodzielnym przygotowaniem posiłków.

2. Odbiorcy i użytkownicy innowacji społecznej.

Odbiorcami innowacji społecznej są osoby z niepełnosprawnością intelektualną, którzy pomimo swojej niepełnosprawności są w stanie i próbują żyć samodzielnie. Innowacji jest elementem dostępności do wiedzy, informacji i możliwością nabycia kolejnych umiejętności przydatnych w samodzielnym życiu. Odbiorcami innowacji mogą być również osoby w spektrum autyzmu, które również są odbiorcami tekstu łatwego do czytania i zrozumienia. Innowacji może posłużyć także jako materiał ćwiczeniowo-edukacyjny w placówkach wspierających na co dzień osoby z niepełnosprawnościami.

Użytkownikami, którzy mogą wdrażać zaproponowane rozwiązanie się terapeuci zajęciowi, terapeuci wspierający, asystenci osób z niepełnosprawnościami. Użytkownikami wdrażającymi rozwiązanie mogą być wszystkie osoby wspierające osoby z niepełnosprawnością intelektualną w Warsztatach Terapii Zajęciowej, Środowiskowych Domach Samopomocy, Mieszkaniach treningowych, Mieszkaniach wspomaganych, czy osoby wdrażające w swojej społeczności model wsparcia samodzielności osób z niepełnosprawnością intelektualną nazywany Kręgami Wsparcia, które są w naszym kraju coraz bardziej popularne ([Kregi Wsparcia – Model środowiskowego wsparcia osób z niepełnosprawnością intelektualną w miejscu ich zamieszkania \(kregiwsparcia.pl\)](http://kregiwsparcia.pl)).

3. Szacunkowy koszt wdrożenia innowacji społecznej

Poniżej zamieszczona została tabela z uśrednionymi kosztami ksero, lub wydruku z pdf.

Uśrednione koszty finansowe

Kategoria kosztu	Jednostka	Liczba	Cena jednostkowa	Łącznie
ksero	Strona	111	0,18 zł	19,98 zł
druk	Strona	111	0,20 zł	22,2 zł

Koszt wdrożenia innowacji jest niewielki i może być również bezkosztowy drukując broszury np. w placówce.

4. Innowacja społeczne „Samodzielni w kuchni” wykazała, że brak był podobnego produktu na rynku produktów wspierających samodzielność osób z niepełnosprawnością intelektualną. Największą wartością, którą zauważyli odbiorcy i użytkownicy, jest przygotowanie materiału w formie tekstu łatwego do czytania i zrozumienia, zgodnego ze europejskimi standardami ETR. Zarówno treść jak i ilustracje są przygotowane w sposób odpowiedni do możliwości osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Użytkownikom innowacji dużo radości sprawiła możliwość przygotowywania nowych posiłków od początku bez wsparcia. Terapeutka wspierająca wskazała, że pokazanie osobom z niepełnosprawnością intelektualną jak powinna wyglądać zrównoważona dieta, wraz z przepisami jest elementem edukacyjnym, którego brakowało w jej dotychczasowej pracy. Poniżej w sposób tabelaryczny przedstawione zostają wyniki ankiet ewaluacyjnych.

Ocenię podlegają w skali 1-10:

1. Możliwość przyswojenia informacji z broszur przez testerów
2. Samodzielność w przygotowywaniu produktów przed i po testowaniu zapoznaniu z broszurą.
3. Samodzielność w przygotowaniu sprzętów kuchennych przed i po zapoznaniu z broszurą.
4. Samodzielność w zachowaniu kolejności działań przed i po zapoznaniu z broszurą.
5. Samodzielność w przygotowywaniu całego posiłku przed i po zapoznaniu z broszurą.

Tester/ocena W skali 1-10	Ad. 1	Ad. 2 przed	Ad. 2 po	Ad.3 przed	Ad. 3 po	Ad.4 przed	Ad. 4 po	Ad. 5 przed	ad. 5 po
Testerka 1	10	8	10	9	10	7	8	8	9
Testerka 2	9	9	10	7	9	7	9	7	8
Tester 3	10	9	10	9	10	8	10	9	10
Tester 4	7	7	8	7	8	6	8	7	8
Tester 5	8	8	9	8	9	8	10	8	9
Tester 6	6	6	8	7	8	6	7	7	8
Tester 7	8	7	8	8	10	9	10	8	9