

## “Durante NOI per prepararci al Dopo di NOI”



Il progetto nasce dalla necessità di preparare i giovani con disabilità ad una vita indipendente, lontana dalle proprie famiglie, in un contesto abitativo che consenta di sentirsi veramente adulti. Più si cresce e più i giovani hanno l'esigenza di identificarsi come persone adulte e competenti, capaci di vivere una vita piena ed integrata nella società, senza essere ritenuti degli eterni bambini bisognosi di supporto.

Partire dalla casa, che solitamente è il punto di arrivo e non il punto di partenza dei percorsi di autonomia individuale, è essenziale per i giovani adulti che possiedono già delle competenze sociali, ma hanno necessità di sperimentarsi in un contesto di vita quotidiana per migliorare le proprie abilità e per acquisirne delle nuove che difficilmente utilizzano con costanza all'interno della propria abitazione, dove sono maggiormente coccolati ed accompagnati. In questa fase è necessario il supporto degli operatori che li sostengano e li accompagnino senza privarli delle proprie capacità decisionali e senza cadere nelle dinamiche di un atteggiamento assistenziale.

### A CHI E' RIVOLTO?

Ai giovani adulti che un domani vivranno la propria vita in co-housing con amici ma anche a coloro che continueranno a vivere in famiglia, poiché permetterà di acquisire competenze ed abilità in grado di consentire l'alleggerimento del carico familiare e di sentirsi più autonomi.

Si daranno stimoli per sviluppare autonomie nuove e gestire il tempo libero, sarà un'opportunità per tutti di vivere un'esperienza di gruppo divertente e stimolante e alleggerire il carico familiare.



### IL PROGRAMMA PREVEDE:

- Igiene e cura della persona: educazione alla cura di sé nell'igiene, nell'abbigliamento, nel seguire le terapie prescritte e nella condotta alimentare;
- Orientamento temporale: gestire il quotidiano, organizzare una giornata tipo, rispettare gli orari, consultare il calendario;
- Gestione dei mezzi tecnologici: usare telefono cellulare personale e computer;
- Orientamento spaziale e uso dei servizi: orientarsi nel quartiere, corrispondenza prodotto - negozio, imparare il percorso da casa ai luoghi che si intendono raggiungere;
- Uso del denaro: educare alla gestione responsabile dei soldi, acquisire il valore del denaro, resto, fare spese;
- Comunicazione: saper chiedere informazioni, saper dare i propri dati, capacità di distinguere tra estraneo e persona conosciuta, gestire un imprevisto;
- Cucinare: seguire una ricetta, verificare le dosi e i tempi di preparazione/cottura;
- Abilità pratiche nelle attività casalinghe: utilizzo degli elettrodomestici, riconoscimento ed uso degli utensili da cucina, pulizia e riassetto della casa, raccolta differenziata, ricevere ospiti;

## PROPOSTE e TARIFFE

### PERCORSO DI VITA AUTONOMA

Gruppo fisso di n. 4-5 utenti con un operatore  
n. 1 incontro settimanale di 3 ore  
n. 1 incontro mensile di conversazione con lo psicologo  
n. 1 pernottamento al mese con successivo incontro con le famiglie  
mensilità € 140,00

#### Ogni trimestre

- Verifica degli obiettivi
- Eventuale rimodulazione dei gruppi di lavoro e del numero di ore mensili per ogni gruppo.

### PERCORSO PERSONALIZZATO

Interventi mirati e personalizzati per la conquista delle autonomie personali e relazionali: aree da sviluppare variabili da utente ad utente.

Tariffe e preventivi sulla base dei servizi richiesti.

### SERVIZI SUPPLEMENTARI

Servizio di psicologia di quartiere con interventi a domicilio e rapporto diretto con la famiglia.

Uscite occasionali calendarizzate in gruppo o individuali con operatore: acquisto regali per occasioni, shopping, cinema, mostre, eventi, ecc

Tariffe e preventivi sulla base dei servizi richiesti.

### LABORATORIO DELLE COMPETENZE

Gruppo fisso di n. 4-5 utenti  
n. 1 incontro settimanale di 3 ore  
mensilità € 80,00

#### Ogni trimestre

- Verifica degli obiettivi
- Eventuale rimodulazione dei gruppi di lavoro e del numero di ore mensili
- Eventuale inserimento dei pernottamenti.

Tutti i percorsi prevedono la supervisione del Dott. Michele Vargiu, psicoterapeuta comparato e gruppoanalista COIRAG, tramite verifiche individuali con cadenza mensile.

I progetti hanno come sede operativa un immobile nel comune di Selargius (CA).

Il progetto è realizzato con il contributo di



Fondazione  
di Sardegna

#### CONTATTI E INFORMAZIONI:

info@codicesegreto.net

348 7765583 - Francesca

340 2432303 - Raffaella

#### DOVE SIAMO:

Centro Exmè di Domus de Luna  
Via Sanna angolo Via Santa Maria Goretti  
Pirri-Cagliari  
Dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 13:00



[www.codicesegreto.net](http://www.codicesegreto.net)



## Obiettivo: autonomia!

Percorsi dedicati a giovani con disabilità

intellettiva e/o relazionale

ASSOCIAZIONE CULTURALE  
CODICE SEGRETO ONLUS

L'associazione propone attività artistiche, sportive e ricreative dedicate alle differenti abilità con l'obiettivo di creare opportunità di socializzazione e di stimolare lo sviluppo dell'autonomia individuale.

I laboratori artistici creativi e le attività sportive forniscono possibilità di crescita, incontro e socializzazione stimolando un confronto positivo mirato all'acquisizione di nuove competenze ed abilità nella prospettiva di una reale inclusione sociale.