

## **Wtorkowe „ciche godziny” w poznańskich Salach Obsługi Klientów Wielkopolskiego Oddziału NFZ**

- **Osoby w spektrum autyzmu doświadczają świata zmysłowego bardziej intensywnie, przez co hałas i ostre światło w miejscach publicznych mogą wywoływać u nich lęk oraz dyskomfort.**
- **Klienci Wielkopolskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ, którzy potrzebują spokoju i wyciszenia, mogą załatwić swoje sprawy w czasie tzw. „cichej godziny”.**
- **Zapraszamy do poznańskich Sal Obsługi Klientów przy ul. Grunwaldzkiej 158 i ul. Baraniaka 88d, bud. E w każdy wtorek w godz. 14-15.**

Osoby z autyzmem, w tym osoby z zespołem Aspergera, nie mają widocznych znamion niepełnosprawności, ale często z uwagi na odmienną zachowania postrzegane są jako dziwne i niedostosowane do środowiska, w którym żyją. Mogą one odbierać bodźce ze świata zewnętrznego w sposób bardziej wrażliwy lub pewnych bodźców nie zauważać. Dotyczy to wzroku, słuchu, dotyku, smaku i węchu oraz równowagi. Najczęściej skarżą się oni na zbyt duży hałas, ostre, agresywne oświetlenie, zbyt dużą ilość bodźców i nieprzewidzianych sytuacji w miejscach publicznych.

To inne odczuwanie przez zmysły może być źródłem dyskomfortu, a także przyczyną chaosu i lęku. Dlatego ważne jest, aby osoby cierpiące na autyzm miały możliwość przebywania w pomieszczeniu cichym, bez nadmiernych hałasów, bez pośpiechu i zdenerwowania. Wtedy łatwiej jest zapanować nad swoim zachowaniem, uspokoić się, zrozumieć całą sytuację i pozbyć się lęku. Osoby autystyczne zwykle czują, że są inne, że ludzie im się przyglądają, a czasem obawiają się z powodu braku informacji. Dlatego możliwość załatwiania spraw w wyznaczonej godzinie, w wyodrębnionym miejscu i w dogodnym tempie bardzo ułatwia korzystanie z wszelkich usług.

Klienci Wielkopolskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ, którzy potrzebują spokoju i wyciszenia, mogą załatwić swoje sprawy w Salach Obsługi Klientów w Poznaniu przy ul. Baraniaka 88d, bud. E oraz ul. Grunwaldzkiej 158 w czasie tzw. „cichej godziny”, która odbywa się co wtorek między godz. 14:00, a 15:00.

To czas ograniczenia bodźców wzrokowych i słuchowych, których nadmierne natężenie jest szczególnie uciążliwe dla osób w spektrum autyzmu. Światła są wówczas wygaszone lub przyciemnione, a telefony i komunikaty głosowe wyciszone. Rozmowy są prowadzone - zarówno przez pracowników, jak i klientów - w sposób cichy i niezakłócający spokoju.