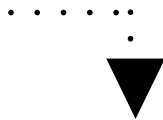


SE DISTRIBUIE GRATUIT!



Cum să ghidați un nevăzător

**Linii de conduită ce cuprind sugestii
cu privire la asistarea persoanelor
cu deficiențe de vedere**



**Asociația Nevăzătorilor din
România**

Filiala Brașov

Design: Lavinia Bobu și Eddie Toth © 2006
Asociația Nevăzătorilor din România - Filiala Brașov
Toate drepturile rezervate.

Orice parte a acestui ghid poate fi citată, copiată, tradusă în alte limbi sau adaptată necesităților locale, fără aprobarea prealabilă a Asociației Nevăzătorilor din România - Filiala Brașov, cu condiția menționării clare a sursei.

2006

Asociația Nevăzătorilor din România - Filiala Brașov
Str. Castelului Nr. 106
500014 Brașov, România
Telefon: +4 0368 429123, +4 0268 478328
Fax: +4 0368 429123
E-mail: bvanvr@gmail.com
Web: www.nevazatoribrasov.ro

Cuprins

Introducere	2
Interacționare	3
Tehnici de bază	6
Spații înguste	9
Străzi și borduri	10
Trepte, scări și pante	11
Scări rulante și lifturi	12
Uși și bariere	13
Mijloace de transport	14
Așezare	16
Copii și cazuri speciale	17
Scurte recomandări	18
Credit	20



Această broșură nu dorește să fie un manual pentru însoțitorii persoanelor cu deficiențe de vedere și nu este destinată specialiștilor. Ea se adresează publicului larg, cuprinzând sugestii și sfaturi utile pentru ca cetățeanul obișnuit, pus în situația de a asista un nevăzător într-un loc public, fără experiență sau pregătire prealabilă, să poată face față situației în așa fel încât evenimentul respectiv să se transforme într-o experiență pozitivă atât pentru el cât și pentru persoana asistată.

Introducere

De câte ori ați auzit despre metoda corectă sau potrivită de interacționare cu o persoană cu deficiențe de vedere? Probabil niciodată. De fapt omul obișnuit rareori are vreun contact cu un nevăzător. Prin urmare vă vor fi prezentate regulile de bază care ar trebui să guverneze interacțiunile dvs. cu aceste persoane.

Sfaturile practice și informațiile oferite în această broșură vă vor ajuta să vă simțiți încrezător în privința ghidării persoanelor cu deficiențe de vedere. Oferta dvs. de a ajuta va fi de obicei bine primită, totuși multe persoane cu probleme de vedere preferă să-și mențină independența.

Când întâlniți persoane cu baston alb sau conduse de un câine ghid, amintiți-vă că ele nu sunt întotdeauna complet nevăzătoare. De fapt mulți oameni au o vedere parțială care este utilă, însă s-ar putea să vă aprecieze ajutorul în anumite momente, de exemplu dacă se află într-o zonă necunoscută sau pe întuneric.

Dacă cineva poartă un baston alb cu dungi roșii sau câinele ghid are hamul alb-roșu este o indicație a faptului că suferă de surdo-cecitate (are atât deficiențe de vedere cât și de auz). Astfel de persoane pot avea dificultăți în medii deosebit de zgomotoase sau aglomerate.

Interacționare

Deși persoanele cu deficiențe de vedere apreciază atenția acordată ca oricare dintre noi, totuși doresc ca prietenii lor și alte persoane să se comporte natural cu ele și să nu fie exagerat de grijulii. Rețineți de asemenea că pentru unele persoane contactul fizic poate fi o problemă datorită culturii sau sexului lor, sau datorită faptului că doresc să-și protejeze spațiul personal. Proprietarii de câini ghid s-ar putea să se bucure de o independență sporită datorită acestora, dar tot doresc să fie tratați normal. Tratați oamenii cu deficiențe de vedere la fel cum ați trata pe oricine altcineva. Ei fac aceleași lucruri pe care le faceți și dvs., dar uneori folosesc tehnici diferite.

Niciodată să nu vă repeziți la un nevăzător și să-l speriați apucându-i brațul. Dacă cineva pare să aibă nevoie de asistență, întrebați. Persoana vă va spune dacă este într-adevăr așa. Dacă persoana respectivă e pe cale să întâlnească o situație primejdioasă exprimați-vă temerile într-o manieră calmă și clară. Nu apucați persoana, exceptând cazul în care se află într-un pericol imediat. Nu vă fie teamă să vă declarați lipsa de experiență în asistarea nevăzătorilor și să cereți persoanei ghidate sfaturi despre cum v-ați putea îmbunătăți. Dacă persoana care pare să aibă nevoie de ajutor folosește un câine ghid apropiați-vă de ea din partea opusă câinelui (în mod obișnuit dreapta). Câinele ghid se va afla de obicei pe stânga. În nici un fel de împrejurare nu împingeți nevăzătorul, nu-l întoarceți, nu apucați câinele ghid sau hamul acestuia. Asta va deruta câinele și va speria nevăzătorul.

Luăți în considerare faptul că majoritatea persoanelor nevăzătoare nu suferă de nici un fel de alte deficiențe pe lângă cele de vedere, fiind persoane normale din punct de vedere intelectual. Pierderea vederii nu înseamnă pierderea

intelectului. Este foarte important să mențineți o comunicare verbală constantă cu persoana pe care o ghidați. Fiți întotdeauna foarte receptivi la indicațiile date de persoana ghidată cu privire la preferințele acesteia.

Nu este necesar să ridicați vocea sau să vorbiți mai rar decât în mod obișnuit, întrucât persoanele cu deficiențe de vedere nu suferă în general și de deficiențe de auz (nevoile persoanelor care suferă atât de deficiențe de vedere cât și de auz sunt tratate în capitolul „Copii și cazuri speciale”). Dacă ați fi nevăzător, ați vrea să vi se vorbească pe un ton normal. Faptul că țipați la ea nu va îmbunătăți vederea unei persoane.

La intrarea într-o încăpere în care se află și un nevăzător identificați-vă. Adresați-vă persoanei folosindu-i numele, pentru ca aceasta să știe că vorbiți cu ea. Ca însoțitor, spuneți-i întotdeauna persoanei ghidate dacă veți pleca, chiar și pentru un interval scurt de timp. Evitați să lăsați singură într-un spațiu o persoană cu deficiențe de vedere, pentru că asta o poate dezorienta. Puneți persoana în contact cu cineva sau ceva, cum ar fi un obiect de mobilier, o balustradă sau un perete.

Este de ajutor dacă prezentați și celelalte persoane care se află cu dvs. Informații adiționale, cum ar fi de exemplu cele despre prezența unor copii, câini sau pisici în încăpere, sunt de asemenea benefice. Dacă sunteți vizitat de o persoană cu deficiențe de vedere, este important să o orientați în împrejurimi. Indicați-i necesitățile importante, cum ar fi baia, toaleta, etc.

Lăsați ușile complet deschise sau complet închise; ușile și dulapurile pe jumătate deschise sunt extrem de periculoase. Nu rearanjați mobila sau lucrurile personale ale unui nevăzător fără a-l anunța.

Dacă se deplasează într-un mediu străin o persoană cu

deficiențe de vedere poate solicita indicații. Într-o asemenea situație încercați să dați instrucțiuni verbale exacte și utilizabile, descriind direcția de urmat – faptul că arătați în direcția corectă și spuneți „se află încolo” nu este de ajutor. Și amintiți-vă să spuneți când plecați, căci altfel ați putea lăsa pe cineva vorbind unui spațiu gol! Sfatul următor poate părea exagerat, însă fiți atent să vorbiți direct persoanei nevăzătoare, nu însoțitorului sau câinelui acesteia.

Ați putea să întrebați persoana care v-a cerut ajutorul dacă dorește să-i dați indicații pe baza punctelor cardinale sau a schimbărilor de direcție care trebuie făcute. De exemplu: „mergeți două blocuri spre nord, apoi o luați spre est” sau „o luați spre stânga, mergeți două blocuri, apoi vă întoarceți spre dreapta”. Fiecare persoană are propria manieră de interpretare a indicațiilor și de obicei le va solicita în formatul pe care îl preferă.

Nu distrați niciodată un câine ghid când este în ham sau lucrează. Iubitorii de câini au un impuls natural de a mângâia câinii ghid căruia trebuie să-i reziste. Câinii sunt animale prietenoase cărora le place să fie mângâiate, să se joace și să se zbenguie, însă întotdeauna trebuie să întrebați în prealabil proprietarul. Cereți permisiunea proprietarului înainte de a atinge un câine ghid și chiar înainte să-l priviți în ochi pe acesta. Schimbul de priviri poate distra atenția câinelui, deci întotdeauna interacționați cu persoana, nu cu câinele. Lăsarea hamului de către proprietar pe spatele câinelui este o indicație a faptului că nevăzătorul ar putea aprecia ajutorul dvs. pentru a se orienta.

Nu oferiți niciodată mâncare unui câine ghid. Proprietarul se ocupă foarte atent de alimentația câinelui ghid. Animalul este bine hrănit și își face treaba cel mai eficient când este urmată dieta recomandată. Câinele ghid ar trebui să primească orice fel de mâncare exclusiv de la proprietar.

Tehnici de bază

Există trei opțiuni de bază care le sunt disponibile persoanelor cu deficiențe de vedere pentru a se deplasa independent în mod eficient și sigur – asistent văzător, baston alb sau câine ghid. Combinații ale ultimelor două sunt de asemenea folosite în mod comun în situații specifice.

De obicei persoanele cu deficiențe de vedere și-au gândit și planificat ruta în avans. Dar deseori apar indicii sonore care nu pot fi anticipate, cum ar fi lucrări de construcție sau biciclete care se deplasează pe trotuar. În aceeași manieră în care dvs. vă uitați împrejur să vedeți ce se află în preajmă, o persoană cu deficiențe de vedere ascultă să audă indicii sonore. Zgomotele puternice, cum ar fi cele produse de camioane, trenuri sau mașini de tuns iarba pot masca indiciile sonore care sunt normale pentru o persoană cu deficiențe de vedere.

Persoanele care folosesc o tehnică corespunzătoare țin bastonul în poziție centrală față de corp, aproximativ la înălțimea taliei, pendulându-l în cadență de la stânga la dreapta pe măsură ce se deplasează. Cu această metodă bastonul curăță calea de deplasare aproximativ doi pași înainte. Cum cel care ține bastonul îl mișcă în arc de la stânga la dreapta, se asigură că nu există obstacole în cale pe toată lățimea corpului. Un dezavantaj major al bastonului alb este inabilitatea acestuia de a avertiza asupra obstacolelor aflate la nivelul capului, cum ar fi crengile joase.

Dacă vedeți pe cineva care credeți că necesită asistență oferiți-vă ajutorul și prezentați-vă. Nu fiți de părere că ar trebui să așteptați să se ofere altcineva înainte. Dacă oferta vă este acceptată întrebați persoana respectivă unde ar dori să ajungă și cum ar dori să fie ghidată. Asigurați-vă că aveți suficient

timp la dispoziție pentru a asista persoana respectivă. Întrebați-o dacă dorește să vă prindă de braț. Persoana vă va prinde brațul stâng chiar deasupra cotului, iar în cazul în care are un câine ghid va da drumul mânerului hamului pentru a-i semnaliza acestuia că temporar este liber.

Unele persoane ar putea să fie familiarizate cu această tehnică, pe când altele ar putea să vă pună o mână pe umăr și să vă urmeze îndeaproape. Informațiile din această broșură vă oferă sfaturi cu privire la ghidarea cuiva care vă ține de braț, întrucât aceasta este metoda de folosire a unui asistent văzător pentru care sunt antrenate persoanele cu deficiențe de vedere. Totuși nu toată lumea beneficiază de instruire, acesta fiind motivul pentru care ar trebui să întrebați în prealabil nevăzătorul cum dorește să fie ghidat.

Pentru o deplasare sigură și eficientă stați lângă persoana nevăzătoare și lăsați-o să vă apuce de braț astfel încât să aibă degetele în dreptul cotului. Acordați timp suficient persoanei ghidate să vă prindă bine brațul înainte de a începe să mergeți. Nu contează dacă vă țineți brațul drept sau îndoit, atâta timp cât păstrați brațul fix și relaxat, iar partea superioară a acestuia verticală. Nu începeți să-l legănați sau să arătați cu el spre diverse lucruri. Mergând în această manieră, cu persoana pe care o ghidați ținându-vă de braț, aceasta se va afla întotdeauna cu cel puțin jumătate de pas în urma dvs., fiindu-i mai ușor să deducă din mișcarea corpului dvs. când schimbați direcția de mers.

Prin folosirea acestor tehnici veți fi în măsură să mențineți o conversație și veți fi de asemenea prima persoană care va întâlni orice obstacol. Persoana cu deficiențe de vedere va reacționa la mișcările brațului dvs. și la orice indicații verbale îi veți da. Deplasați-vă într-un ritm care este confortabil pentru amândoi și potrivit situației și locului în care vă aflați,

potrivindu-vă pasul cu cel al persoanei ghidate.

Fiți atent la pericolele existente la nivelul capului, mai ales dacă persoana pe care o ghidați este mai înaltă decât dvs. Este foarte ușor să ghidați pe cineva într-o creangă joasă sau în parasolarul unui magazin. Urmăriți de asemenea stâlpii și bornele. Probabil veți constata că persoanele pe care le ghidați preferă să folosească marginile trotuarului pentru a evita astfel de obstacole. Țineți minte să lăsați spațiu suficient la ocolirea obstacolelor și pentru persoana ghidată.

Unele persoane preferă să meargă alături de dvs. fără să vă țină de braț. În anumite situații nevăzătorul poate instrui câinele ghid să vă urmeze. În acest caz înaintați cu o viteză normală, anunțând persoana ghidată când se apropie de curbe, uși, scări și borduri.



Spații înguste

În primul rând anunțați persoana pe care o ghidați că vă apropiați de o zonă îngustă sau aglomerată și că va trebui să mergeți în șir. Poziționați brațul folosit la ghidare la mijlocul spatelui, ținându-l drept. Persoana pe care o ghidați ar trebui să calce în urma dvs., ținându-vă în continuare de braț. Nu este nevoie să vă întoarceți să verificați întrucât ea vă va urma cu siguranță. Dacă persoana respectivă are un câine ghid ea va da drumul la mânerul hamului și va lăsa câinele să meargă în urma sa condus de lesă.

Cum ajungeți într-un loc unde este spațiu suficient să mergeți mai departe unul lângă altul aduceți-vă brațul înapoi în poziția sa normală.

Pentru mai multă siguranță, în spații foarte înguste, luați în calcul posibilitatea de a avansa prin pași laterali (pas-pauză-pas), astfel încât să vă puteți asigura că persoana pe care o ghidați nu se accidentează.



Străzi și borduri

Informați verbal persoana pe care o conduceți de câte ori ajungeți lângă o bordură, specificând dacă „urcați pe bordură” sau „coborâți de pe bordură”. Faceți o mică pauză în fața bordurii, înainte de a călca în sus sau în jos, și persoana pe care o ghidați va simți schimbarea în mișcarea corpului dvs. prin intermediul brațului cu care o ghidați.

Fiți atent când vă apropiați de o bordură curbată, ca să vă asigurați că persoana pe care o conduceți ajunge la ea în același timp cu dvs.

Este important să nu presupuneți automat că dacă cineva stă la marginea străzii înseamnă că dorește să traverseze și prin urmare să fiți pregătit că oferta dvs. de a ajuta poate fi refuzată.

Traversați întotdeauna străzile folosind ruta cea mai scurtă, adică treceți pe cât posibil perpendicular pe axul străzii, nu într-un unghi înclinat.

Folosiți trecerea de pietoni dacă există, în caz contrar traversați în așa fel încât să existe suficient timp pentru ca persoana pe care o ghidați să treacă într-un ritm normal, fără să vă asumați riscuri.

Dacă vă despărțiți după traversarea străzii, spuneți persoanei pe care o ghidați unde se află și în ce direcție se îndreaptă.

Dacă persoana care v-a solicitat ajutorul pentru traversarea străzii are un câine ghid, traversați cu ea până la trecerea de bordura de pe partea opusă. Câinele ghid își va relua atribuțiile odată ce vă aflați din nou pe trotuar.

Trepte, scări și pante

Când vă apropiați de trepte sau o pantă spuneți persoanei pe care o ghidați dacă treptele urcă sau coboară. Descrieți treptele ca fiind înalte, joase, înguste, late sau curbate. Pe cât posibil, persoana ghidată ar trebui să se afle pe partea pe care este balustradă. Dacă este necesar să schimbați părțile cu persoana ghidată rugați-o să stea într-un loc și să vă elibereze brațul cu care o ghidați pentru a vă permite să treceți pe partea cealaltă. Mergeți spre balustradă și indicați poziția acesteia persoanei pe care o conduceți cu brațul cu care o ghidați.

Odată ce începeți să urcați pe trepte, persoana ghidată va simți mișcarea brațului dvs. când vă plasați greutatea pe prima treaptă. Acesta este pentru ea indiciul că trebuie să înceapă urcarea. Când călcați pe a doua treaptă persoana ghidată se va afla pe prima. Anunțați persoana ghidată când ajungeți la ultima treaptă, opriți și acordați-i răgazul necesar pentru a găsi treapta cu piciorul. Când persoana ghidată va simți că brațul ei revine la poziția normală va ști că vă aflați din nou la același nivel.

Coborârea pe scări este întotdeauna mai periculoasă, deci acordați persoanei ghidate suficient timp pentru a apuca ferm balustrada și a determina cu piciorul marginea primei trepte. În rest tehnica este aceeași ca la urcarea scărilor. Mergeți cu o treaptă în fața persoanei ghidate, opriți când ați ajuns la capătul scării și spuneți-i persoanei ghidate că nu mai sunt alte trepte.

Dacă nu sunteți la fel de înalt ca persoana pe care o ghidați mișcările brațului nu se simt așa de clar, mai ales dacă își poziționează mâna pe umărul dvs. Dacă faceți primul pas cu piciorul de pe partea cu brațul de ghidare mișcarea este mai evidentă.

Dacă persoana pe care o ghidați are un câine ghid acesta poate substitui balustrada sau există posibilitatea ca persoana ghidată să prefere să folosească atât balustrada cât și câinele, caz în care vi se va alătura din nou la capătul scărilor.

Scări rulante și lifturi

Multe persoane cu deficiențe de vedere preferă să evite scările rulante, deci dacă vă apropiați de una întrebați persoana pe care o ghidați dacă îi convine folosirea acesteia sau ar prefera o alternativă. Când folosiți o scară rulantă dirijați persoana ghidată spre balustrada rulantă și spuneți-i dacă urmează să urcați sau să coborâți. Uneori este cel mai bine dacă persoana pe care o ghidați abordează independent prima treaptă, ținând cont de faptul că scările rulante sunt deseori prea înguste pentru ca două persoane alăturate să încapă pe ele. Dacă este posibil avansați pe scara rulantă odată ce v-ați asigurat că persoana pe care o ghidați se află în siguranță pe ea, astfel încât să o puteți ajuta la coborâre. Dacă nu există nici o alternativă la folosirea scării rulante puteți solicita oprirea temporară a acesteia.

Urcarea unui câine pe scara rulantă este periculoasă, deci s-ar putea să fiți nevoit să găsiți o alternativă. În lipsa acesteia s-ar putea să fie necesară transportarea câinelui în brațe. Discutați cum veți proceda și dacă este o rezolvare practică pentru situația dată.

Cu lifturile situația este mai simplă. Dacă este posibil mergeți alături de persoana pe care o ghidați și spuneți-i dacă vă mișcați în sus sau în jos. Unele persoane preferă să se poziționeze lângă peretele liftului pentru a se putea echilibra.

Uși și bariere

Folosirea unei uși poate fi puțin complicată. Este important să anunțați persoana pe care o ghidați dacă ușa se deschide în-spre ea sau în direcția opusă.

Întotdeauna încercați să treceți pragul ușii cu persoana pe care o ghidați pe partea clanței – chiar schimbând partea dacă este necesar. Deschideți ușa cu brațul cu care ghidați – în acest fel persoana ghidată își dă seama cu ușurință dacă ușa se mișcă spre interior sau spre exterior. Pe măsură ce pășiți peste prag persoana pe care o ghidați ar trebui să-și miște mâna de-a lungul brațului cu care este ghidată pentru a găsi clanța. Apoi vă va urma, trecându-și mâna pe clanța de pe partea cealaltă a ușii, închizând-o în urma dvs.

Dacă treceți printr-o ușă pivotantă avertizați persoana pe care o ghidați ca să nu încerce s-o închidă. Dacă aveți dubii în privința modului de abordare a unei uși s-ar putea să fie mai simplu să lăsați persoana pe care o ghidați să se descurce independent. Pur și simplu spuneți-i că urmează o ușă, dați-i drumul, deschideți ușa și realăturați-vă persoanei ghidate după ce a trecut de ușă. Dacă persoana ghidată are un câine ghid probabil va prefera această variantă.

Ușile rotative este indicat să le evitați, în special dacă persoana pe care o ghidați are un câine; aproape întotdeauna există o alternativă. Dacă sunteți nevoit să folosiți o ușă rotativă poziționați-vă astfel încât persoana pe care o ghidați să se afle în partea mai lată și conduceți-o cu grijă înăuntru sau afară.

Ușile automate ridică rareori probleme, deși ar trebui să-i spuneți persoanei pe care o ghidați dacă vă apropiați de una, deoarece sunetul neașteptat poate fi motiv de alarmare.

Barierile rotative sunt ușoare, dacă țineți minte să treceți prin ele în șir. Spuneți persoanei pe care o ghidați la ce să se aștepte, așezați-vă în șir și conduceți-o dincolo de barieră. Acest sistem nu va funcționa la barierele foarte înalte, în cazul cărora nu veți avea altă soluție decât ghidarea verbală a persoanei pentru a trece pe cont propriu.

Multe persoane preferă să folosească variante alternative la barierele de bilete când este posibil, cum ar fi o poartă. Câinii ghid nu ar trebui să fie făcuți să traverseze bariere de bilete obișnuite, această manevră fiind atât ineficientă cât și periculoasă. Câinele poate declanșa senzorul barierei, care astfel se va închide înainte ca proprietarul să apuce să treacă de ea.

Dacă folosiți o barieră de bilete automată, persoana ghidată ar trebui să treacă prima. Poziționați-o în locul potrivit în fața barierei, introduceți biletul ei în perforator și recuperați-l când este ejectat, în timp ce persoana ghidată traversează bariera. Urmați-o, realăturându-vă ei pe partea cealaltă a barierei.



Mijloace de transport

Când călătoriți cu un autoturism obișnuit spuneți-i persoanei cu deficiență de vedere dacă se va așeza în față sau pe banca din spate, astfel încât aceasta să poată evalua spațiul disponibil. Dacă folosiți o mașină de teren sau un microbuz

spuneți acest lucru persoanei ghidate, deoarece înălțimea la care trebuie să se calce și spațiul interior al acestora sunt complet diferite de cele ale unui autoturism standard.

Puneți-vă mâna de ghidare pe mânerul ușii mașinii și spuneți-i persoanei ghidate dacă mașina e cu fața spre stânga sau spre dreapta. Persoana ghidată poate coborî mâna cu care vă ține de-a lungul brațului pentru a găsi mânerul și cu cealaltă mână ar trebui să poată găsi latura de sus a ușii și colțul acesteia care poate fi ascuțit. Această manevră va evita o lovitură serioasă la cap. Persoana ghidată poate să deschidă ușa mașinii și să urce în ea. Dacă ați deschis ușa în prealabil spuneți-i persoanei ghidate și plasați-vă mâna de ghidare pe plafonul mașinii pentru a-i permite să se poziționeze. Lăsați restul în seama ei. Ar trebui să simtă scaunul și să se așeze în el independent. Întrebați dacă are nevoie de ajutor la localizarea și punerea centurii de siguranță.

La sfârșitul călătoriei deschideți ușa mașinii și ajutați persoana ghidată să coboare.

Nu există reguli fixe și rapide pentru urcarea și coborârea din mijloacele de transport în comun cum designul acestora variază foarte mult. Totuși regulile de bază sunt destul de simple.

Să-i spuneți neapărat persoanei pe care o ghidați de orice spațiu peste media obișnuită între tren sau metrou și peron. Conduceți persoana ghidată la urcare și coborâre, adică ar trebui să fiți mereu în față.

Mergeți în șir de-a lungul coridoarelor și folosiți-vă brațul de ghidare pentru a indica poziția balustradelor potrivite și a spătarelor scaunelor.

Așezare

Niciodată nu împingeți pe cineva într-un scaun, întotdeauna ghidați persoana spre scaun și descrieți-l. Spuneți-i dacă este un scaun de sufragerie, o canapea joasă sau un scaun de birou, de exemplu. Rugați persoana ghidată să dea drumul brațului dvs. și plasați-i mâna de prindere pe spătarul, brațul sau fundul scaunului, în funcție de care variantă vi se pare oportună. Dacă scaunul este împins sub o masă puneți mâna persoanei ghidate pe spătarul scaunului și spuneți-i că acolo se află și o masă. Dacă scaunul este cu roți, ar trebui să-i spuneți persoanei ghidate și ați putea de asemenea să țineți scaunul de spătar pentru a preveni deplasarea acestuia.

Într-un restaurant indicați clar scaunele libere. Oferta dvs. de a citi meniul cu glas tare ar putea fi apreciată, dar n-ar trebui să porniți de la prezumția că nevăzătorii nu vor dori să-și comande singuri mâncarea. La sosirea mâncării, întrebați nevăzătorul dacă ar dori să știe ce se află în fața lui. Puteți descrie poziția obiectelor dând indicații pe baza cadranelor de ceas: cafeaua dvs. se află la ora 3, zahărul este la ora 1.

Cele mai multe persoane preferă să fie conduse când trebuie să-și ocupe locul într-un rând de scaune – s-ar putea să fiți nevoit să schimbați partea pentru asta. Când ajungeți la rândul potrivit amândoi va trebui să pășiți lateral (pas-pauză-pas) până când persoana pe care o ghidați ajunge în poziție centrală față de scaunul ei. Mai departe se va descurca independent. Dacă are un câine ghid acesta ar trebui să o urmeze.

Când plecați treceți de cealaltă parte, astfel încât să puteți conduce persoana ghidată în aceeași manieră. Când ajungeți la culoar probabil va trebui să schimbați direcția, caz în care vă întoarceți spre persoana ghidată.

Copii și cazuri speciale

Copii cu deficiențe de vedere nu sunt diferiți de adulți și de obicei vor considera oferta dvs. de a ajuta binevenită. Rețineți să nu apucați niciodată un copil de mână sau braț din proprie inițiativă.

Veți constata că majoritatea copiilor vor fi fericiți să vă țină de mână. Dacă aleg să vă țină de braț s-ar putea să dorească să-l prindă deasupra cotului, astfel încât partea superioară a brațului dvs. este dreaptă ceea ce îi va ajuta să anticipeze schimbările de direcție. Totuși veți observa că unii copii doresc pur și simplu să vă atingă brațul.

Ca și adulții, copiii au o gamă de tehnici proprii și este întotdeauna cel mai indicat să îi întrebați ce preferințe au.

Puteți folosi multe din tehnicile prezentate în această broșură cu cineva care suferă atât de deficiență vizuală cât și auditivă. Totuși este important să înțelegeți că astfel de persoane pot avea nevoi de comunicare diferite. Majoritatea vor avea nevoie să vorbiți mai rar și mai tare decât în mod obișnuit. Este cel mai bine să vă apropiați de oameni din față, vorbind în timpul apropierii. Această abordare va permite persoanei către care vă îndreptați să folosească restul de vedere și auz pe care îl are. Dacă o persoană nu răspunde la această abordare, puneți blând o mână pe brațul ei superior și lăsați-o acolo. Atunci va fi în măsură să răspundă și să vă atingă mâna.

Ați putea încerca să desenați litere ale alfabetului în palma mâinii stângi a persoanei pe care doriți să o ajutați, folosind-vă degetul arătător. Uneori e mai bine să folosiți degetul arătător drept al persoanei ghidate pe palma ei stângă. Și aceste persoane vor avea nevoie în timpul ghidării de informații des-

pre borduri și trepte. Când vă apropiați de acestea scrieți-i cu vântul în palmă, literă cu literă, și lăsați-o să simtă cum vă ridicați cotul sau îl lăsați în jos.

Persoanele cu alte dizabilități, cele bolnăvicioase sau cele care nu doresc să fie atinse pot necesita o abordare complet diferită. Cazurile respective nu sunt acoperite de această broșură.



Scurte recomandări

- ◆ Fiți sensibil când puneți oamenilor întrebări referitoare la deficiențele lor vizuale. Aceasta este o informație personală și limitele ar trebui respectate.
- ◆ Nu vă faceți griji în privința folosirii unor cuvinte și expresii comune, cum ar fi „privește”, „vezi” sau „ne uităm la televizor” în preajma persoanelor cu deficiențe de vedere.
- ◆ Dați instrucțiuni unde este necesar, dar nu exagerați cu ele și fiți atent să nu împingeți sau trageți persoana pe care o ghidați.
- ◆ Încetiniți când vă apropiați de scări sau curbe. Spuneți-i persoanei ghidate de ce vă apropiați și plasați-i mâna pe balustradă sau mânerul ușii pentru orientare.

- ◆ Explicați când traversați o stradă sau intrați într-o clădire.
- ◆ Explicați zgomotele puternice care pot fi alarmante, cum ar fi cele produse de lucrări de construcție și sirene.
- ◆ Explicați schimbările în suprafața drumului, de exemplu dacă treceți de pe asfalt pe iarbă sau pietriș, respectiv dacă drumul este pavat cu piatra cubică sau este deosebit de accidentat.
- ◆ Arătați considerație. Dacă observați o pată pe îmbrăcămintea unui nevăzător informați-l în particular (exact cum ați dori să fiți informat dvs. într-o situație similară).
- ◆ Rețineți că persoanele mai în vârstă sau cele care au și alte dizabilități s-ar putea să necesite o atenție sporită.
- ◆ Dacă nu sunteți sigur de cum puteți ajuta, pur și simplu întrebați.
- ◆ Nu vă gândiți la ei doar ca oameni cu deficiențe de vedere. Mai curând ei sunt oameni, care se întâmplă să aibă deficiențe de vedere!



Credit

Această a doua ediție a broșurii „Cum să ghidați un nevăzător” combină cele mai bune indicații și instrucțiuni disponibile pe internet din partea unor organizații de profil din Statele Unite, Canada și Marea Britanie cu necesitățile și experiențele locale, într-un format nou, mai bine structurat, simplu și accesibil publicului larg.

Localizarea, colectarea și traducerea resurselor disponibile pe Internet, compilarea materialului, varianta online a broșurii, respectiv designul și tehnoredactarea acestuia au fost realizate de Lavinia Bobu, Elena Bloj și Eddie Toth din cadrul Departamentului IT și Training al Asociației Nevăzătorilor din România - Filiala Brașov.

Adaptarea la necesitățile și experiențele locale a materialului rezultat s-a realizat cu ajutorul unui grup de lucru format din membrii ai Asociației Nevăzătorilor din România - Filiala Brașov: Virgil Lazăr (președinte), Vasilica Varvara (membră a Biroului Executiv), Costel Marchidan (membru al Comitetului Director) Cătălin Bârlădianu, Gabriela Stoica și Iulia Stegaru.



Note



Asociația Nevăzătorilor din România – Filiala Brașov

este o organizație neguvernamentală și depinde de donații pentru a-și putea îndeplini misiunea și a-și desfășura activitatea.

În acest an încercăm să ajutăm peste 2.500 dintre cei mai defavorizați locuitori ai județului nostru.

Una dintre cele mai bune metode prin care puteți aduce o schimbare în viața acestor oameni este să faceți o contribuție financiară pentru a sprijini eforturile noastre.



Donațiile pot fi făcute în contul

Asociației Nevăzătorilor din România – Filiala Brașov,
RO23WBAN251100008500569,

deschis la **SANPAOLO IMI Bank Romania, Sucursala Brasov.**

Asociația Nevăzătorilor Brașov vă mulțumește pentru sprijinul dumneavoastră.

Zilnic 100 de persoane încep să-și piardă vederea.

Sprijinul dumneavoastră ne ajută să reconstruim vieți devastate de pierderea vederii.



Asociația Nevăzătorilor din România - Filiala Brașov

Înființată în 1961, *Asociația Nevăzătorilor Brașov*, filială a Asociației Nevăzătorilor din România, este o organizație neguvernamentală de utilitate publică cu caracter social-cultural, educativ, sportiv și umanitar, bazată în principal pe voluntariat.

Promovând permanent principiile deplinei libertăți și democrații, *Asociația Nevăzătorilor Brașov* acționează pentru integrarea persoanelor cu deficiențe de vedere în viața economică, socio-profesională, cultural-artistică și sportivă a județului. Pentru mai multe informații accesați www.nevazatoribrasov.ro