

Několik rad pro kontakt s nevidomými a slabozrakými...

Při setkání s nevidomými občany upadají mnohdy ostatní lidé do rozpaků. K odstranění zbytečných zábran při takových setkáních přijměte několik užitečných rad

Nevidomého musíme oslovit sami, i kdyby byl podstatně mladší. To se týká i pozdravu. Nevidí nás a nemusí vůbec tušit naši přítomnost.

Na úvod se nevidomému představíme, nevidí nás a jen podle hlasu je obtížné identifikovat, s kým mluví. To se týká i osob známých natož neznámých.

Při hovoru nepoužíváme k označení místa výrazy typu "tady", "tam". Musíme popsat, např. "po pravé ruce máte ...".

1. Mějte na paměti, že nevidomí jsou zcela normální lidé, kteří mají různé přednosti i nedostatky jako každý jiný. I mezi nimi jsou lidé výjimeční, inteligentní i méně nadaní.
2. Při setkání s nevidomým se chovejte přirozeně a nevnučeně. Pomozte tam, kde je to nutné, a to způsobem taktním a nenápadným. Pomoc však nevnučujte.
3. Vyvarujte se projevům soucitu - o ten dnešní nevidomí naprosto nestojí. S velkým povděkem ale vždy uvítají i sebemenší pomoc, která jim přijde vhod ve ztížených podmínkách. Nepřipusťte ani podceňující nebo snižující výroky, vždyť nevidomí mají právo na úctu a uznání stejně jako všichni ostatní.
4. Nevidomého, kterého znáte, pozdravte vždy sami jako první, i když je mladší než vy, a k pozdravu připojte i jeho jméno, aby věděl, že pozdrav patří jemu.
5. Když vstoupíte do místnosti, kde se nachází nevidomý, dejte se zřetelně poznat. Pokud vás nepozná podle hlasu, povězte svoje jméno. Tichý pohyb neznámé osoby v jeho okolí působí pochopitelně nepříjemně. Rovněž upozorněte na to, že místnost opouštíte.

6. Velmi nepříjemně na nevidomého působí, projednáváte-li jeho záležitosti nikoli přímo s ním; ale s jeho průvodcem. Průvodce nevidomého pouze doprovází, nikoli zastupuje.
7. Když se nevidomý octne na ulici, na nádraží apod. v orientačních těžkostech, zeptejte se ho, zda mu můžete nějak pomoci. Velký hluk, prudký déšť i sníh velmi zhoršují nevidomému orientaci v prostoru. Potom stačí, když nevidomému nabídnete, aby se lehce zavěsil do vaší paže, protože takto může snadno jít krůček za vámi, sledovat směr vašich pohybů a na vše včas reagovat.
8. Když budete nevidomého doprovázet delší dobu, popište mu hlavní rysy okolí, vybavení místnosti a osoby, které se kolem nacházejí. Při popisování se nemusíte vyhýbat optickým dojmům a barvám.

Vodící pes a jeho pán

- Nikdy vodícího psa nevyrušujte v jeho práci. Nikdy na psa nemlaskáme, nehvzdáme na něj, ani na sebe jiným způsobem neupozorňujeme.
- Nikdy na vodícího psa nesaháme, nehladíme jej a nemluvíme na něj bez vědomí majitele.
- Nikdy k sobě vodícího psa nevoláme.
- Nikdy psa nekrmíme bez vědomí majitele.
- Chceme-li pomoci člověku s vodícím psem, vždy oslovíme nejprve člověka.
- Pomáháme-li člověku s vodícím psem, nikdy nemanipulujeme se psem.
- Jdeme-li po ulici se svým vlastním psem, nikdy mu nedovolíme vodícího psa obtěžovat, očichávat ho či jinak vyrušovat v práci.
- Míjíme-li vodícího psa se svým psem, máme svého psa vždy na vodítku.

Je nutné respektovat fakt, že nevidomý s vodícím psem má přístup do obchodů, restaurací, všech typů škol, školských a zdravotnických zařízení, úřadů a všech kulturních a sportovních zařízení.

Chůze s nevidomým

Nevidomý člověk, zejména ocitne-li se v neznámém prostředí, velice ocení pomoc vidícího průvodce. Nikdy mě ale, prosím, nevtlačte za rukáv a nikdy mě netlačte před sebou. Jsou to hrubé prohřešky nejen proti společenskému chování, ale též proti bezpečnosti chůze. Nejlepší a zároveň nejpřirozenější je takový způsob chůze, kdy mně nabídnete svou paži (trochu jako v tanečních) a já se jednou rukou chytím nad Vaším loktem a kráčím přibližně jeden krok za Vámi. Zpravidla na té straně, která mi lépe vyhovuje nebo která je z hlediska chůze bezpečnější. Takový způsob chůze mi umožňuje včas reagovat na všechny "základní" trasy (obrubníky, schody, dveře, větve stromů, výmoly, změny povrchu apod.). Na takové prvky byste, jako průvodci, ještě měli navíc upozornit slovně, např.: "Pozor, schody dolů!".

Mějte na paměti, že svou pomoc "jen" nabízíte a nevidomý člověk ji může nebo nemusí přijmout. Jsou místa, která bezpečně znám a kde se s pomocí bílé hole orientuji zcela samostatně. Na druhé straně existuje nemálo situací (přechod rušné vozovky nebo orientace v neznámém prostředí, v obchodním centru), které můžu bezpečně zvládnout jen s pomocí vidícího průvodce. Tam Vaši pomoc skutečně vítám.

Zúžený prostor, procházení dveřmi, chůze po schodech, sedání ke stolu

Kromě přímé volné chůze, která sama o sobě není nikterak obtížná, dostává se průvodce s nevidomým člověkem i do situací náročnějších. Za všech okolností platí zlaté pravidlo, že **průvodce jde vždy o krok vpředu**.

Při zúženém prostoru průvodce pohybem své paže za záda a případně též slovně naznačí nevidomému člověku, aby se zařadil za jeho záda (do zákrytu). V nejužších místech jdeme bokem krok - sum - krok.

Procházení dveřmi lze zvládnout několika způsoby a vyžaduje již jistou sebranost dané dvojice. Vždy je výhodnější, aby nevidomý člověk byl na straně závěsů (pantů) dveří. Průvodce svou volnou rukou otvírá dveře,

pak uchopí kliku tou rukou, za kterou se jej drží nevidomý a ten již snadno sám najde kliku a dveře za sebou zavře. Dvojice tak projde dveřmi plynule a bez zbytečného otáčení a vracení se.

Každá překážka se stává méně nebezpečnou, jestliže o ní nevidomý člověk předem ví, jestliže se jí přímo dotýká a má ji tak pod kontrolou.

Ke schodům (obrubníkům a jiným terénním zlomům) přicházíme zásadně kolmo. Na začátek schodů mě, prosím, upozorněte slovně a rovněž oznamte, jestli vedou nahoru nebo dolů. Před prvním schodem zpomalte nebo úplně zastavte, abyste zdůraznili začátek schodiště. Počet schodů není třeba hlásit, schody vnímám podle pohybu paže průvodce, který jde přede mnou. Na poslední stupeň rovněž upozorněte a opět zpomalte. Je výhodnější, pokud nevidomý člověk jde na straně zábradlí, ačkoli jej nemusí použít, pokud nepotřebuje oporu.

Sedání ke stolu začíná tím, že průvodce vyhledá volné místo a stručně sdělí, o jaký typ sedačky jde (židle, křeslo, lavice). Položí svou ruku na opěradlo. Nevidomý sjede svou rukou po jeho paži a snadno tak nalezne opěradlo. Sám prozkoumá rukou sedadlo, najde si hranu stolu a posadí se. Průvodce usedá poblíž a zůstává s nevidomým člověkem v kontaktu. Slovně pomáhá s orientací na stole. Tento způsob sedání na sedadlo lze využít i v dopravních prostředcích.