



**ATENȚIE
LA
BASTONUL
ALB
!**

**Acordă prioritate la traversare
persoanelor nevăzătoare
utilizatoare de baston alb !!!**



**UNIVERSITATEA
BABEȘ-BOLYAI**



ANR - filiala Cluj



PPS

Departamentul de
Psihopedagogie Specială
al Universității "Babeș-Bolyai" Cluj-Napoca

PONȚES





anrcluj.ro



pontes.ro



UNIVERSITATEA
BABEȘ-BOLYAI



UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI

[f](https://www.facebook.com/bsdubbcluj) [t](https://twitter.com/bsdubbcluj) [bsdubbcluj](http://bsdubbcluj.ro)

bsd.centre.ubbcluj.ro

PPS Departamentul de
Psihopedagogie Specială
al Universității "Babeș-Bolyai" Cluj-Napoca



Centrul de Asistență în
Domeniul Tehnologiilor de Acces
pentru Persoane cu Deficiențe de Vedere

Ghid de bune practici în interacțiunea cu o persoană nevăzătoare



Ilustrații realizate de Daniela MIRON

[i](https://www.instagram.com/pherenikida) [f](https://www.facebook.com/pherenikida) [pherenikida](https://www.pherenikida.ro)

În realizarea acestui ghid au fost utilizate informații din:

- (1) proiectul "Curs de orientare, mobilitate și deprinderi de viață cotidiană pentru nevăzători" al Fundației Cartea Călătoare (2008)
- (2) Ghidul Informativ al Asociației PONTES realizat de Carmen TUDORUȚ, Mirabela MISCHIE și Marian PĂDURE (2013)



Salut! Sunt Ana.



Sunt nevăzătoare, dar nu sunt cu nimic mai deosebită decât tine, doar că fac lucrurile în mod diferit.

Locuiesc singură și 90% din activitățile zilnice le pot îndeplini fără ajutor.

De exemplu: pot să gătesc, să îmi fac curat în casă, pot să spăl haine, pot să merg la cumpărături, pot să citesc și să utilizez un calculator cu o aplicație specială.

Însă, sunt și lucruri pe care nu le pot realiza singură și aș avea nevoie de sprijinul tău.

CE ATITUDINE TREBUIE SĂ AI CÂND ÎMI OFERI SPRIJINUL TĂU

Dacă dorești să cunoști modalitatea eficientă de a mă ajuta, am să ți le detaliez în continuare!

Dacă vrei să mă ajuți, întreabă-mă cum o poți face.
Întodeauna îți voi răspunde cu plăcere.

E normal să nu știi cum să mă ajuți, doar nu te întâlnești în fiecare zi cu cineva care nu vede!

Când mă ajuți, fă-o cu naturalețe, așa cum ai ajuta orice altă persoană.



Primul contact social cu mine

Dacă mă vezi în stație sau în autobuz
și vrei să-mi vorbești,
te rog, atinge-mă ușor pe cot
ca să știu că mie mi te adresezi.

Salută-mă și întreabă-mă cum mă poți ajuta.

Vorbește-mi pe un ton normal.

Când sunt însoțită și vrei să afli ceva despre mine,
te rog întreabă-mă direct pe mine, nu pe însoțitor,
căci eu îmi cunosc cel mai bine situația.

Dacă nu e prima dată când mă întâlnești și
dorești să mă saluți, spune-mi te rog numele,
pentru că nu întotdeauna îți pot recunoaște vocea
și voi deveni distantă în conversație.

În stația de autobuz



Când mă întâlnești în stația de autobuz,
întreabă-mă ce număr aștept și
anunță-mă când acesta sosește în stație.

Condu-mă până la ușa deschisă și
așază-mi mâna liberă pe bara ușii,
este suficient ca eu să pot urca în siguranță.

Nu încerca să îmi ridici brațul,
nu ține de baston sau nu încerca să mă ridici,
pentru că îmi vei diminua gradul de mobilitate,
m-aș putea dezechilibra și
am putea cădea amândoi.

Cum îmi indicî un scaun în autobuz

Când este un loc liber în autobuz,
condu-mă până la el,
pune-mi mâna pe spătarul scaunului și
lasă-mă să mă așez singură.



Cum să mă urc într-un autoturism

Când trebuie să urc în taxi sau alt autoturism
și vrei să îmi oferi sprijinul tău,
te rog pune-mi mâna
pe partea de sus a ușii deschise,
în acest mod voi ști
cum să mă așez fără să mă lovesc.



Cum să mă ghidezi în spații largi

Dacă vrei să mă conduci pe stradă,
te rog oferă-mi brațul.

Va fi suficient ca eu
să mă deplasez în siguranță.

Te rog să nu îmi zici niciodată să îmi ridic bastonul
sau să ții de el, deoarece pentru mine
bastonul alb mă ajută să iau
cunoștință de ceea ce este în fața mea.



Cum să mă ghidezi în spații înguste

Când trecem printr-un spațiu îngust,
te rog poziționează-ți antebrațul în spatele tău
cu dosul palmei lipit de coloană și
mergi înaintea mea.

Astfel, voi înțelege că urmează
să trecem printr-un spațiu îngust
și te voi urma cu dezinvoltură.



Cum să mă ajuți la trecerea de pietoni

Când suntem la o trecere de pietoni semaforizată,
te rog spune-mi când se face verde.

Dacă nu este semafor și ai timp,
condu-mă te rog, până pe trotuarul celălalt.



Cum să mă ghidezi pe scări

Când mă conduci pe scări,
spune-mi dacă acestea urcă sau coboară,
fără această informație aș putea cădea.

Te rog mergi întodeauna cu un pas înaintea mea
pentru ca eu să îmi dau seama
când treptele se termină.



Poziționarea corectă a ușilor și a ferestelor

Ușile trebuie să fie întodeauna
încchise sau deschise.

Poziția intermediară poate provoca accidente.



Marcarea corectă a lucrărilor publice

Panourile publicitare ar trebui să fie amplasate la o înălțime de cel puțin 2 metri, nerespectarea acestei condiții mă pune în pericol, deoarece nu le pot depista cu bastonul și astfel mă voi lovi la cap.

Dacă lucrările sunt marcate doar cu bandă colorată, nu am cum să le identific la timp cu ajutorul bastonului alb și aș putea cădea.

Canalele deschise și lucrările stradale, ar trebui împrejmuite cu panouri de protecție.

Dacă observi o lucrare nesemnalizată, te rog să mă avertizezi, să evit zona respectivă.



Cum să mă ajuți la cumpărături

Când mă ajuți să îmi fac cumpărăturile,
te rog informează-mă despre
opțiunile și prețurile posibile.

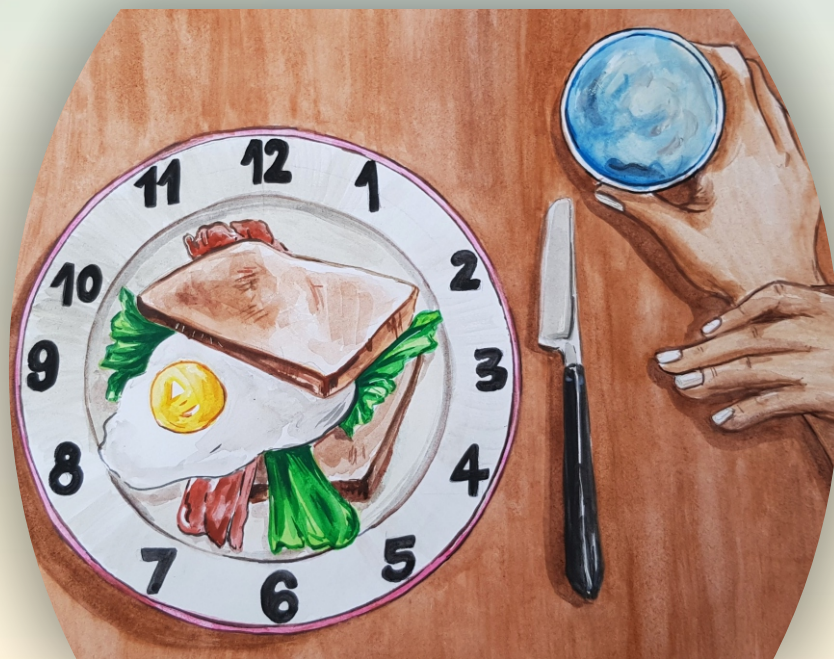
În felul acesta îmi pot forma
o „reprezentare vizuală” a produsului.



Cum îmi oferi ceva

Când îmi oferi ceva,
te rog așează-mi produsul în mână sau
poziționează-mi mâna pe acesta.

Nu aștepta ca să îl caut sau
să ți-l iau din mână,
pentru că nu văd unde este.



Cum mă poți ajuta la masă

Dacă mă inviți la masă,
te rog explică-mi cum sunt așezate
alimentele în farfurie așa cum
ai indica cifrele de pe cadranul unui ceas.

Indică-mi poziția paharului
așezându-mi mâna pe acesta.

Te rog, întreabă-mă dacă am nevoie de
sprijinul tău pentru a tăia alimentele.



Cum să îmi indicî ceva

Când dorești să îmi indicî un obiect sau o direcție, te rog explică-mi verbal cum pot să ajung la acel obiect și nu gesticula.

Imaginează-ți că explici cuiva prin telefon.



Cum comunicii în grup

Dacă ești la masă, la petrecere, la facultate cu prietenii și sunt și eu în grupul respectiv și dorești să comunicii cu mine, te rog spune-mi numele, apoi ceea ce dorești să îmi transmiți. Astfel voi ști că vorbești cu mine.

Ce limbaj poți folosi

Te rog, nu te jena să folosești cuvinte precum: „a vedea”, „a privi”, „a se uita”.

Sunt cuvinte ale vocabularului și nu trebuie să inventezi altele când vorbești cu mine!

Poți întreba fără probleme:

- „ai văzut filmul respectiv?”
- „Te uiți la televizor?” etc..

Chiar dacă eu nu văd, utilizez diverse echipamente electronice pentru a urmări programele TV.

Ar fi destul de bizar să întrebi: „Ai ascultat filmul?”

Observații

Persoanele cu dizabilitate de vedere se împart în două categorii:

Nevăzătorii care, de regulă, folosesc bastonul alb când se deplasează în spațiul public sau poartă ochelarii negri;

Slab văzătorii - își compensează deficiența de vedere într-o mică măsură cu ajutorul ochelarilor de vedere.

Deși slab văzătorii poartă ochelari de vedere, ei tot nu văd la fel de bine ca și tine.

Deci sunt situații în care și ei au nevoie de sprijinul tău.

Când vrei să le oferi sprijinul tău, întreabă-i simplu: „Cu ce te pot ajuta?”.



***Sper că informațiile
din acest ghid
să îți fie de un real folos
atunci când vei dori
să oferi sprijinul tău
unui persoane nevăzătoare.***

***Distribuie ghidul și altor
persoane care pot fi interesate!***



ANR - filiala Cluj

ANR - filiala Cluj

anrcluj.ro



**UNIVERSITATEA
BABEȘ-BOLYAI**



BSD

Biroul pentru Studenți
cu Dizabilități

UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI



bsdubbcluj

PONTES

pontes.ro

PPS Departamentul de
Psihopedagogie Specială
al Universității "Babeș-Bolyai" Cluj-Napoca

cata

Centrul de Asistență în
Domeniul Tehnologiilor de Acces
pentru Persoane cu Deficiențe de Vedere

bsd.centre.ubbcluj.ro

În realizarea acestui ghid au fost utilizate informații din:

(1) proiectul "Curs de orientare, mobilitate și deprinderi de viață cotidiană pentru nevăzători" al Fundației Cartea Călătoare (2008)

(2) Ghidul Informativ al Asociației PONTES realizat de Carmen TUDORUȚ, Mirabela MISCHIE și Marian PĂDURE (2013)



**ATENȚIE
LA
BASTONUL
ALB
!**

**Acordă prioritate la traversare
persoanelor nevăzătoare
utilizatoare de baston alb !!!**



**UNIVERSITATEA
BABEȘ-BOLYAI**



ANR - filiala Cluj



PPS

Departamentul de
Psihopedagogie Specială
al Universității "Babeș-Bolyai" Cluj-Napoca

PONȚES

