

РЕСУРСЕН ЦЕНТАР
на родители на деца
со посебни потреби



Како да им
помагаме на
**СЛАБОВИДНИ
И СЛЕПИ ЛИЦА**

ПРВ КОНТАКТ



Лицата со оштетен вид и покрај модерната технологија која во голема мера им го олеснува животот, имаат потреба од постојана помош во извршувањето на секојдневните активности.

Дали во Вашето семејство или блиска околина имате некој, кој е слабовиден или слеп? Знаете ли дека секој од нас, во одреден период од животот, може да се најде во истата ситуација?



Погледнете го ова упатство, можеби уште утре, по еден месец или веќе во следниот момент ќе сретнете некој господин или госпоѓа со бел стап. Тоа може да се случи на улица, на преполна автобуска станица, на работа или во ресторан.

Можеби ќе сакате да помогнете, но нема да се осмелите, бидејќи не знаете како тоа да го направите. Можеби веднаш ќе изреагирате, но погрешно и невешто, па со тоа на лицето со оштетен вид повеќе ќе му одмогнете отколку што ќе му помогнете.



При давање помош на друга личност, најважен е првиот контакт. Тоа е златно правило за воспоставување добра комуникација, кое треба да се применува секогаш.



Кога приоѓате на слепо или слабовидно лице, треба смирено да го запрашате : „ Дали можам да Ви помогнам ?” или „Дали Ви е потребна помош?” итн.

Секако дека може да се случи Вашата помош да биде одбиена, но Вие заради тоа не треба да се обесхрабрите, бидејќи во друга ситуација Вашата помош на некое друго слепо лице ќе му биде неопходна и добредојдена.

ДВИЖЕЊЕ



До колку слепото или слабовидно лице ја прифати понудената помош, застанувате покрај неговата слободна рака. Лицето ќе ја фати вашата рака веднаш над лактот. Вашата рака треба да биде свиткана во лактот. На овој начин слепото лице е пола чекор зад



Вас. Ваквата положба му овозможува преку вашата рака да ги почувствува сите важни информации при движењето, за да има доволно време навремено да ги протолкува тие информации.

НИКОГАШ немојте слепото лице да го фаќате за рака или за рамо и да го туркате пред вас.

Понекогаш, во одредени ситуации, треба да ја придвижите раката зад грбот за да слепото лице продолжи да се движи зад Вас.

И за децата не е комплицирано да разберат како да им помагаат на своите слепи или слабовидни другарчиња.





Кога со слепото лице кое го придружувате доаѓате пред скали, пред да почнете да ги искачувате или симнувате, треба малку да подзастанете, да му кажете



што се наоѓа пред Вас. Кога ќе зачекорите лицето ќе ја почувствува промената во висината на Вашата рака и ќе знае како да постапи.



Истото ова се однесува и за качување или симнување на ивица од тротоар, кога придружувате слепо или слабовидно лице.

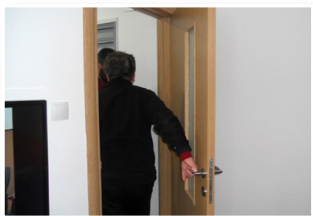


ПОМИНУВАЊЕ НИЗ ВРАТА



Поминувањето низ врата е посебна ситуација. За да му олесните на слепото или слабовидно лице, вратата секогаш отворајте ја со раката за која слепото лице Ве држи, затоа што на тој начин ќе добие информација на која страна се отвора вратата. Откако ќе поминете низ вратата, слепото лице со слободната рака може да ја затвори.

Предупредете го лицето ако наидете на врата која автоматски се отвора и затвора. При користење на ротациона врата потребно е да процените дали во преградата има место за две лица. До колку слепото лице користи бел стап пропуштете го самостојно да помине.



СЕДНУВАЊЕ



Во ситуација кога е потребно на слепото или слабовидно лице да му помогнете да седне, немојте НИКОГАШ да го туркате да седне на столицата, која е поставена зад слепото или слабовидното лице. Раката за која се држи за Вас, ставете ја на наслонот на столицата. Лицето само ќе го најде наслонот и ќе седне. Како помош можете со раката на лицето да ја допрете масата, со што му помагате на слепото или слабовидното лице полесно да се ориентира за положбата на масата и столицата.



ДРУЖЕЊЕ



Кога одите на гости или во ресторан, потребно е да му кажете на слепото лице, земајќи ја неговата рака, каде се наоѓа неговата чаша , неговиот прибор, неговото јадење, а каде пак корпата со леб. Многу би му помогнале ако му го исечете месото на парченца и му посочите каде во неговата чинија се наоѓа гарнирот, а каде месото.

Она што е многу важно да се истакне, е дека секогаш кога седите заедно и разговарате , морате да му кажете на лицето кога ја напуштате масата, но и да му се обртите кога повторно ќе се вратите. Јасно е дека вербалната комуникација е пресудна кога помагате на слепо и слабовидно лице.

Зборувајте полека и не премногу гласно.

Имајте на ум дека со Вашиот глас можете да му дадете многу важни информации за околината и дека од сите други звуци, лицето првенствено ќе Ве слуша Вас.



ЈАВЕН ПРЕВОЗ



Нема јасно правило како да се влегува или излегува од автобус, воз, автомобил кога прудружувате слепо или слабовидно лице, затоа што тоа го одредува моделот на превозното средство.

Сепак, ќе ви предложиме неколку проверени начини :

- При влегување и излегување од средствата за јавен превоз, задолжително користете ја предната вратата кај возачот.
- При влегувањето во превозното средство, треба да водите сметка слепото или слабовидното лице да може со слободната рака лесно да го пронајде држачот за која ќе се држи.
- Треба да одите еден зад друг по скалите и меѓу седиштата.
- Кога ќе дојдете до слободни седишта, Вие треба први да зачекорите и да пуштите слепото лице да ве следи. Можете истовремено да седнете.
- При излегувањето, исто така треба да одите еден позади друг.

ОРГАНИЗАЦИЈА

Редот и точноста се зборови кои се од огромна важност за слепите или слабовидните лица. Овие лица се стремат кон самостојност, но за да може таа да се исполни, едно од најважните правила е дека **секој предмет треба да има свое утврдено место и тој предмет навистина треба секогаш да се наоѓа на своето место**. Затоа кога им помагате на овие лица водете сметка да ги враќате предметите на истото место од каде сте ги зеле. Ова е посебно важно за слепи или слабовидни лица кои живеат сами, патуваат или работат. Обрнете внимание на вратите, куќните и собните врати кои треба да бидат или сосема отворени или сосема затворени, а вратите од мебелот секогаш да бидат затворени. Исто така, многу е важно да не се оставаат расфрлани предмети на места каде редовно поминуваат овие лица.

При дружењето со слепи или слабовидни лица точноста, односно почитувањето на времето кога сте се договориле да се сретнете е многу важно. Минутите за нив стануваат часови, особено кога не се движат, а и не гледаат. Ваквата ситуација беспотребно го вознемирува слепото или слабовидното лице.





Стигнавме до крајот на овие едноставни упатства и сугестии. Се надеваме дека Ви помогнавме.

И ако во иднина, при случајна средба со слепо или слабовидно лице, ако сте помалку збунети или се чувствувате помалку несигурни, тогаш оваа брошура ја постигна целта.

Вашата понудена помош повеќето од визуелно хендикепираните лица ќе ја ценат и прифатат со голема благодарност.

**Суштината со очи не се гледа,
таа се чувствува со срце!**



РЕСУРСЕН ЦЕНТАР
на родители на деца
со посебни потреби

РЕСУРСЕН ЦЕНТАР

ул. Васко Карангелески 33

1000 Скопје

++389 78 449 851

++389 78 449 852

www.resursencentar.mk

Изработката на прирачникот е овозможена со финансиска поддршка од Канцеларијата на Уницеф, Скопје, а во рамките на проектот „Expanding opportunities for social inclusion and enhance the quality of life of children with disabilities by empowering their parents and families“.



Ставовите изнесени во овој прирачник се на авторот и не мора да се совпаѓаат со ставовите и политиките на УНИЦЕФ.