



nejprve upozornit a následně se na prvním schodu musí zastavit, aby měl nevidomý čas se vyrovnat se změnou povrchu. Bez zrakového vjemu není možné změnu povrchu poznat a mohlo by dojít k úrazu!

➤ **Vyhýbejte se slovům „pozor“ a „tam“:** Člověku, který nevidí, musíme jinak než ukazováním vysvětlit, co kde najde, protože pod pojmem „tam“ si nic konkrétního nepředstaví. Stejně tak nesrozumitelné je pro něj slovo „pozor“, pokud přesně nevysvětlíme, před čím ho chceme varovat. **Naopak se nebojte používat slovo „vidět“**, které lidé se zrakovým postižením používají ve smyslu „něco vnímat“.

➤ **Vysvětlujte správnými způsoby:** Když potřebujete člověku, který nevidí, cokoli ukázat a vysvětlit mu, kde něco najde (nádobí, jídlo na talíři, oblečení atd.), existují tři základní způsoby, jak to udělat:

1. Dovést ho k místu a ukázat mu, kde předmět leží (položít mu na něj ruku).

2. Použít tzv. orientaci podle hodin: Jedná se o velice jednoduchý a praktický způsob, který se používá pro orientaci v místnosti, pro rozmístění věcí na stole, jídla na talíři apod. Dotyčným věcí popíšete tak, jako by se nacházely v hodinách.

(Orientace v místnosti: např. na 12 je okno, na 8 dveře. Rozmístění jídla na talíři: např. maso je na 6, brambory na 12 atd.)

3. Ozvučit předmět, který chcete ukázat (zaklepáním apod.).

➤ **Zdravte nevidomého podáním ruky:** Podání ruky nahrazuje nevidomým osobám oční kontakt. Je to pro ně proto příjemný způsob navázání či ukončení kontaktu s jinými osobami.

➤ **Nikdy neříkejte nevidomému, že se musí se ztrátou zraku vyrovnat:** Jde o jednu z nejhorších osobních ztrát, se kterou se člověk vyrovnává jen velmi

obtížně. Vhodnější je motivovat ho, aby se zrakové omezení pokusil přijmout a pochopil, že i s ním může žít kvalitní život.

➤ **Motivujte nevidomého, aby používal různé kompenzační pomůcky:** Kompenzačních pomůcek, které mohou ztracený zrak alespoň zčásti nahradit, existuje obrovské množství. Pro každého se vždy nějaká vhodná najde. Pokud je nevidomý nechce vyzkoušet nebo tvrdí, že mu nemohou pomoci, znamená to většinou, že nechce hledat cestu, jak své omezení překonat. Vhodné pomůcky mu mohou pomoci samostatně se pohybovat i aktivně trávit volný čas a nalézt tak ztracený nebo i nový smysl života.

Kde získat podrobnější informace?

➤ **Ministerstvo práce a sociálních věcí (MPSV)** – podrobné informace o příspěvku na zvláštní pomůcku i o dalších dávkách pro seniory a pro osoby se zdravotním postižením: www.mpsv.cz (sekce Zdravotní postižení/ Dávky pro osoby se zdravotním postižením)

➤ **Úřad práce ČR** – formulář žádosti a podrobné informace o příspěvku na zvláštní pomůcku i o dalších dávkách pro seniory a pro osoby se zdravotním postižením: portal.mpsv.cz (sekce Formuláře/Formuláře sociálních služeb a dávek osobám se zdravotním postižením)

➤ **Specializovaní prodejci pomůcek pro osoby se zdravotním postižením** – prodejci a prodejny kompenzačních pomůcek, prodejny zdravotnických potřeb