



## Témakörök

Bevezető

Átkelés az úton

Járdák és lépcsők

Hogyan vezessünk látássérültet?

Tömegközlekedési eszközök használata

A kéretlen őrangyal

Nincs tabu

Hol a kabátom?

Hol az „itt” és hol az „ott”?

Hogyan mutassuk meg az ülőhelyet?

Csak semmi találós kérdés!

Bevásárlás

WC

Hogyan beszéljünk egy vak emberrel?

Mikor és hogyan magyarázzunk el valamit?

A vakok nem gyerekek

Amikor mások olvasnak fel...

Rend és pontosság

Befejezés

**Kiemelt figyelmet fordítunk a vak és gyengénlátó emberek kulturális- és szabadidős igényeik kielégítésére. Rendszeresen szervezünk kirándulásokat, rekreációs programokat, sportolási lehetőséget biztosítunk számukra, egyesületünkől színházbérleteket is igényelhetnek, stb.**

**Vezetőségünk és munkatársaink fontos feladatuknak tartják a társadalom minden rétegében a látássérült emberek iránti pozitív szemlélet kialakítását. Ennek érdekében rendszeresen szervezünk szemléletformáló programokat iskolákban és közintézményekben egyaránt, minden korcsoport számára.**

**Az egyesület programjai különböző pályázatokon nyert bevételekből valósulnak meg. A pályázati lehetőségek azonban egyre szűkebbek, ezért más bevételi források után kell néznünk.**

**Ebben számítunk az Ön segítségére is.**

Debrecen, 2012. október

**Nincs a családotban, vagy az ismerőseid között vak, vagy más súlyos látássérüléssel élő ember? Annál jobb!**

**Ennek ellenére olvasd el ezt a kis útmutatót, mert akár holnap, akár egy hónap múlva, sőt bármikor találkozhatasz fehér bottal-, vagy vakvezető kutyával közlekedő emberrel az utcán, egy rendezvényen, vagy egyéb nyilvános helyen.**

**Szeretnél neki segíteni, de mégsem mersz odamenni hozzá, mert nem tudod, hogyan tedd? – vagy ha mégis, akkor előfordul, hogy jó szándékod ellenére a végén fordítva sül el a dolog, mint ahogy szeretted volna?**

**Ezzel a kis tájékoztatóval (melynek forrása a Vakok és Gyengénlátók Olasz-Svájci Egyesületének, az Unitasnak a kiadványa), szeretnénk segíteni legyőzni azt a kényelmetlen érzést, ami hatalmába keríthet, amikor látássérült emberrel találkozol. Ha sikerül túljutni azokon az akadályokon, melyek ez idáig gátat szabtak segítőkészségednek, akkor máris elértünk egy újabb mérföldkőhöz azon az úton, amely a látássérültekkel való együttműködéshez vezet.**

**A Látássérültek Észak-Alföldi Regionális Egyesülete 2003-ban alakult, jelenlegi taglétszámunk kb. 1500 fő. Elsősorban tagjainak érdekvédelmét és képviseletét, valamint életviteli nehézségeikkel kapcsolatos ügyeik intézését látjuk el. Szolgáltatásaink hatékonyabb szervezése érdekében 5 térségben körzeti csoportokat működtetünk (Biharkeresztes, Egyek, Hajdúszoboszló, Hosszúpályi, Püspökladány).**

## **Bevezető**

**Kedves Olvasó!**



## Átkelés az úton



A vak: „Mi történik?...  
Nem, nem akarok átmenni az úton!”

Miután elmondjuk jótévőnknek, hogy nem is szerettünk volna átmenni, mert egyszerűen csak valakire vártunk, az ismeretlen úgy meglepődik, hogy bocsánatkéréseket mormolva továbbáll anélkül, hogy visszakísérne minket a kiindulópontoz. Tehát kérdezd meg, hogy „Segíthetek átkísérni az úton?” Amennyiben igenlő választ kapsz, mondhatod, hogy „Karoljon belém.” - és így átmehetünk veled az úton. Jelezd a járdaszegélyhez érve, hogy fel-, vagy lefelé lépünk. A megfelelő segítségnyújtás nagyon hasznos lehet, amennyiben szükség van rá.



A hölgy: „Szeretne átmenni?”



## Tömegközlekedési eszközök használata

Előfordul, hogy segíteni kell nekünk a villamosra, buszra, vagy a vonatra való felszállásnál. Ilyenkor van, hogy a látók figyelmetlenségéből oldalba löknek minket, ám szerencsére ez nem olyan gyakori.

Sokan minden áron ragaszkodnak a segítségnyújtáshoz, és annak ellenére, hogy jó szívéen teszik, mégis rosszul járhatunk, mert a végén fellöknek minket a járműre mint egy zsákot anélkül, hogy megadnák a lehetőséget, hogy úgy szálljunk fel, mint mindenki más.

A leszállásnál általában az ellenkezője szokott történni: előre, vagy oldalra tolnak minket úgy, hogy a végén tényleg nehezen tudunk leszállni. Még a legjobb szándék ellenére is hiábavalónak bizonyul ez a fajta segítség. Amikor egyedül utazunk, pontosan tudjuk, hogy hogyan kell használni az autóbust, a villamost, vagy a vonatot.

Elegendő, ha a kocsijához kísérsz és pár szóval elmagyarázod, hogy merre van a kapaszkodó. Attól, hogy nem látunk, általában nincs gond a lábunkkal és fel tudunk szállni anélkül, hogy felhúznának, mint egy postai csomagot.

A leszállásnál szintúgy elegendő megmutatnod a kapaszkodót. Ha te is felszállsz, vagy leszállsz velünk együtt, menj előre, mondd, hogy merre van a kapaszkodó, vagy ajánld fel a karodat segítségképpen. Azt is célszerű jelezni, hogy a lépcsőfokok alacsonyan, vagy magasan vannak. Autóba való beszállásnál kísérsz a kocsijához és tedd a kezünket az ajtó tetejére. Így meg tudjuk fogni az ajtó tetejét, majd a másik kezünkkel az ülést. Így már könnyen megtaláljuk helyünket. A balesetek elkerülésének érdekében hagyd, hogy mi csukjuk be a kocsiját magunk után.





## Hogyan vezessünk látássérültet?



Akadhat olyan alkalom, amikor a közlekedési eszközről amin utazol, ugyanabban a megállóban szállsz le, ahol mi. Az is lehet, hogy meglátsz minket fehér bottal az utcán, ahol a forgalom, úti akadályok, vagy a tájékozódás miatt nagyon lassan megyünk. Ne félj felajánlani segítségedet annak ellenére, hogy mindez nem jelenti azt, hogy mindenképp segítened kell.

Mondhatod például ezt: „Az állomásra megyek. Szeretne egy darabon velem jönni?”

Amennyiben igennel válaszolunk, ajánld fel, hogy megfogjuk a karodat és máris mehetünk tovább.

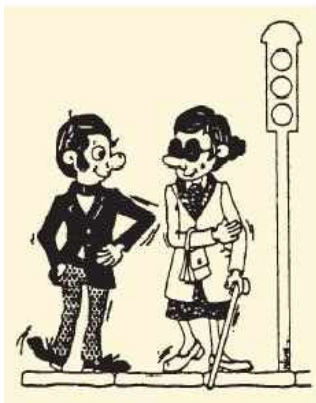
Ne sértődj meg, ha mégsem fogadjuk el a segítségedet. Sokan vannak közöttünk, akik jobb szeretnek önállóak lenni.

Az esetek többségében azonban örömmel és hálával fogadjuk közeledésedet.

Mindig te tartsd oda a karodat, soha ne tolj minket magad elé a karunknál fogva. Így nagyon nehéz vezetni és mi sem érezzük biztonságban magunkat.

Amikor karonfogva mész velünk, nem szükséges mondani, hogy jobbra, vagy balra kell fordulni, mert a mozdulatból úgymint érezzük és automatikusan követni tudjuk az irányt.

Útszűkületnél, vagy egy kijáratnál te menj elől és azt a karodat, amelyet fogunk, könnyedén tartsd magad mögé.

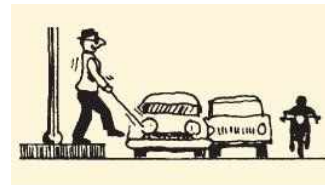


Az úr: „Karoljon belém!”



## Járdák és lépcsők

Járdák esetén szükséges jelezni, hogy arra fel, vagy arról le kell lépni. Amennyiben gyakran kísérsz minket, tanácsos egy egyezményes jelet használnod, mint például kisebb szorítás a karon, vagy a kézen.



Nem kell azért megállni, hogy megkocogtassuk a fehér bottal a földet. Amikor felfelé, vagy lefelé lépcsőzünk, egyszerűen mondd a következőt: „Lépcső fel!; vagy „Lépcső le!”.

Nyújtsd a karodat és indulhatsz is velünk együtt. Mindig közöld, hogy lépcsősor kezdődik, vagy hogy épp véget ér. Ha nem mész fel velünk, akkor csak pár szóval jelezd, hogy merre találjuk a kapaszkodót.

Sohasem kell számolni a fokok számát lépcsőzés közben. Amikor egyedül közlekedünk, a fehér bot segítségével mindezt érzékelnünk tudjuk. Abban az esetben, ha mozgólépcső is rendelkezésre áll, hagyd, hogy mi döntsük el, hogy melyiket használjuk. Minden esetben szükséges világosan jelezni, ha mozgólépcső következik.



## A kéréstlen őrangyal

Amikor az utcán, állomáson, vagy bárhol máshol nehéz helyzetben látnak minket az emberek, sokan azért nem segítenek, mert igyekeznek mindazt tiszteletben tartani, amit rólunk és az önállóságra való törekvéseinkről hallottak. Így hát többen közelebb követnek minket, mint egy őrangyal, hogy egy adott pillanatban a segítségünkre siessenek valamilyen akadály láttán.

A szándék kétség kívül jó, ám a „kis önkéntes” őrangyal meg van róla győződve, hogy nem veszik észre.

Mivel azonban a látás hiánya miatt jobban figyelünk összes többi érzékszervünkre, kiváltképp a fülünkre, hamar észrevesszük, hogy ha valaki körülöttünk settenkedik. Ez azonban zavar, idegesít minket és az angyal jó szándéka helyett épp az ellenkezőjét éri el ezzel.

Úgyhogy ne habozz nyíltan felajánlani segítséget és bátran hagyj fel az őrangyal szerepével!



## Hogyan mutassuk meg az ülőhelyet?



A közhiedelemmel ellentétben nem kell mindig, minden körülmények között ülőhelyet felajánlani nekünk. A tömegközlekedési eszközökön egész biztosan hasznos, mert egy hirtelen fékezéskor nem mindig sikerül rögtön kapaszkodót találnunk.

Ez főleg az idősebb látássérültekkel fordulhat elő.

Nyugodtan hívd fel figyelmünket a

szabad helyre, de hagyd, hogy mi dönthessük el, hogy szeretnénk –e élni a lehetőséggel.

Van, hogy ilyenkor a kommunikáció problémákba ütközik...

Egy, két, három, vagy még több ember egyszerre akar leültetni. Forgatnak, tologatnak, egyik, vagy mindkét karunkat megfogják, és a végén kénytelenek vagyunk leülni.

Azonban mindez nagyon egyszerűen működhetne, ha elmondanád, hogy hol van szabad hely (például előttünk, a jobb oldalunkon, vagy a bal oldalunkon). Meg is foghatod a kezünket és ráteheted az ülés háttámlájára jelezve, hogy oda le tudunk ülni.

Így rögtön tudni fogjuk, hogy merre forduljunk és gond nélkül elfoglalhatjuk a helyünket.







## Hol a kabátom?



Akár egy összejövetel alkalmával, vonaton, vagy étteremben is előfordul, hogy segítenek levenni a kabátunkat. Elveszik tőlünk a táskát, vagy a kabátot, mondván: „Majd én segítek!” – majd egy szempillantás alatt nyoma vész mindennek...

Nehéz feladat ám megkeresni!

Hogy miért?

Egyszerűen azért, mert lehet, hogy a tulajdonos nem tudja, vagy nem emlékszik a színére. Ezért célravezetőbb hagyni, hogy mi magunk akasszuk fel, vagy tegyük le személyes

holmijainkat. Azzal viszont segítesz, ha elmondod, hogy a kabátunk például az első akasztón van, közel az ajtóhoz; vagy ha vonaton utazunk, akkor szólhatsz, hogy a csomag pont a fejünk fölött van.

## Hol az „itt”, és hol az „ott”?

Sose mondd, hogy „Ott egy szék!”, vagy „Az alatt az asztal alatt”, vagy hogy „Ott hátul van egy bicikli a fal mellett.” Ne is kezd el mutogatni az irányokat. Ez csak annak jelent valamit, aki lát. Kezdd inkább így: „Előttek van egy szék”, vagy „Egy méterrel a hátad mögött van egy asztal”.

Amikor asztalnál ülünk, mondhatod ezt: „Tőled balra van a pohár”, vagy „A hamutartó a jobb kezedenél van”. Úgy is jelezheted egy tárgy hollétét, hogy annak helyét akár a zörgés alapján be tudjuk azonosítani.

Amikor poharat adsz a kezünkbe, mondd meg, hogy hová tudjuk majd letenni, ha már ittunk belőle. Mondjuk így: „Tőled balra van egy kis asztal”.



## Nincs tabu

Sokan nem mernek olyan szavakat használni jelenlétünkben, mint például „vak”, „nézni”, „látni”. Ilyenkor tétovázni kezdenek, például így: „az én nagybátyám...khm...ő... szóval...ilyen”. Amikor aztán véletlenül kiszalad a szájukon a „látni” ige, akkor zavarba jönnek és szabadkozni kezdenek: „Jaj, bocsánat, nem úgy gondoltam!” stb. Gyakran viszont pont mi vagyunk azok, akik legelsőként kezdünk viccelődni sérelmünkkel.



...Jaj, szegényke! Hát nem szörnyű! Ilyen fiatalon! Én inkább meghalnék!

A legjobb vakos vicceket is

mi tudjuk! Pl. „Hova megy a vak az erdőben? – A fának...”

A „látni” igét, és sok más ehhez hasonló fogalmat, nap, mint nap használjuk mi is, sajátos látásmódunk kifejezésére a halláson, szagláson, vagy tapintáson keresztül:

„Olvastam ezt a könyvet.” (Braille-ben, vagy felolvasva)

„Igen, láttam azt a színdarabot.” (hallottam)

Tehát egészen nyugodtan megkérdezheted, hogy „Szeretnék megnézni?” - majd add a kezünkbe a kérdéses tárgyat, mondjuk egy üveget, egy ruhadarabot, vagy más egyebet. Minden gond nélkül használhatod azt a szót, hogy „vak”, vagy „vakság”, amennyiben a társalgás úgy kívánja. Természetesen az már tapintatlanságra vall, ha így kezdesz faggatni valakit, aki nem lát: „Maga vak? Teljesen? Szóval akkor semmit se lát! Jaj de szörnyű! Így született? Betegség miatt? Vagy baleset érte?” – és így tovább... Végül jusson eszedbe, hogy attól, hogy a vakok nem látnak, még nem sietnek! Az olyan elejtett megjegyzések, mint pl. „Ez a legrosszabb dolog, ami történhet!”, vagy „Vak? Én inkább meghalnék!” – süket fülekre találnak. Lehet, hogy te



Nézd, milyen jó kis üveg!

így gondolsz, de mi egészen más véleményen vagyunk.

## Csak semmi találós kérdés!



*Kitalálja, ki vagyok?*

Az utcán, a vonaton, vagy egy összejövetel alkalmával megesik, hogy egyszer csak odajön hozzánk valaki, megérinti a vállunkat, majd megszólal: „Jó napot „X.Y.”, hogy van?”, vagy ami még rosszabb: „Kitalálja, hogy ki vagyok?”

Általában elég jó a hallás utáni memóriánk, de mégsem lehet elvárni tőlünk, hogy miközben a körülöttünk zajló eseményekre figyelünk, még rögtön meg is ismerjünk valakit, akivel egyébként is ritkán találkozunk.

Amennyiben nem vagy családtag, vagy közeli ismerős, akinek azonnal felismerjük a hangját, mutatkozz be így: „Jó napot „X.Y.”, én vagyok „Z”.

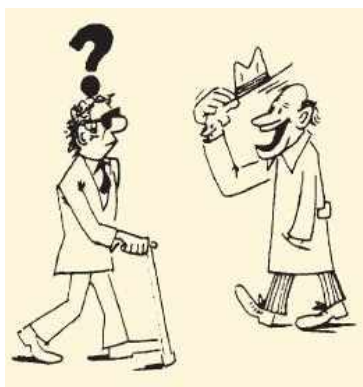
Ha nagyon sok idő telt el azóta, hogy találkoztál velünk, vagy nem emlékszünk a nevedre, röviden említsd meg, hogy

„Biztosan emlékszik rám, „X” helyen találkoztunk „y” alkalomból.”

Nincs értelme kézzel inteni nekünk úgy, ahogy általában másokkal tennéd. Mindazonáltal mi is örülünk annak, ha részesei lehetünk a mindennapoknak.

A kézzel való intést helyettesítheted

néhány udvarias szóval is, mondjuk így: „Jó napot „X”.”Y”., én vagyok a postás.”



*Honnan tudja a vak, hogy a köszönés neki szól?*

## A vakok nem gyerekek

Elég gyakran előfordul, hogy kísérő jelenlétében az alábbi mondatokkal találkozunk: „Hölgyem, az úr kér valamit inni?” vagy „Hölgyem, az úr alá tudja írni a papírt?” vagy még: „Hölgyem, az úr le akar esetleg ülni?”

Vagyis a kísérőnkhez beszélnek ahelyett, hogy egyenesen hozzánk fordulnának. Ezért megeshet, hogy egy napon mondjuk egy hölgy mosolyogva így fog visszaválaszolni: „Nyugodtan kérdezze meg a férjemtől, nem harap!”...

Az emberek hozzá vannak szokva ahhoz, hogy miközben beszélnek, a másik szemébe tudnak nézni.

Ennek hiányában azonban sokszor a kísérő felé fordulnak. Ez ugyan érthető, de mégsem helyénvaló, mivel a gyerekekkel, vagy a gyámság alatt álló felnőttekkel szoktak így viselkedni.



*Jó napot, uram, a pincér vagyok. Hozhatok valamit inni?*



*Pincér: „Hölgyem! Szeretne valamit inni az úr?”*

Amikor szeretnél megkínálni valamivel, szólíts meg minket ha tudod a nevünket, vagy egy érintéssel jelezd, hogy éppen hozzánk fordultál.

Felsorolhatsz több választási lehetőséget, pl. egy társaságban: „Kérsz valamit inni? Egy kis tortát? Esetleg egy cigarettát?”

Majd amit kértünk, tedd le úgy, hogy hozzánk közel legyen és könnyen elérjük, vagy add közvetlenül a kezünkbe.

Ne tegyél le elének tálcat úgy, hogy azon több pohár is van, mert miközben a sajátunkért nyúlunk, véletlenül felboríthatjuk a többit, mivel nem tudjuk pontosan, hogy azok hogyan helyezkednek el.



## Hogyan beszéljünk egy vak emberrel?



Előfordult már veled, hogy beszéltél valakihez, miközben ő odébbállt? Persze jó t neveltél a figyelmetlenségeden, aztán el is felejtkeztél a történekről. Velünk ez másképp van... Az utcán, a közlekedés zaja mellett, egy szőnyeggel borított szobában ahol nem halljuk a léptek zaját és még a rádió is szól, vagy egy hangosabb társaságban nem tudjuk

megállapítani, hogy a beszélgetőtársunk még mindig ott van –e.

Előfordul, hogy egy üres székhez beszélünk és amikor pár pillanat múlva ezt észrevesszük, nagyon kínosan tudjuk érezni magunkat. Mindig szólj, ha elmész valahova, vagy ha éppen visszajöttél, mert ha ezt elfelejtetted, jó ideig ott fogunk állni melletted csendben, mert meg vagyunk róla győződve, hogy nem vagy ott. Mindig emlékezz arra, hogy meg kell minket szólítani. Még a legkedvesebb mosoly, vagy biccentés sem ér semmit önmagában.

## Mikor és hogyan magyarázzunk el valamit?

Sokan azt hiszik, hogy megállás nélkül beszélniük kell hozzánk amikor velünk vannak, mert úgy gondolják, hogy ha nem beszélnek, nem tudjuk, hogy ott vannak –e még mellettünk, vagy hogy semmi más nincs, ami lekötne minket.

Azonban az állandó fecsegés még a legjobb szándék ellenére is elég idegesítő tud lenni.

Ugyanúgy, ahogy a másokkal való beszélgetés közben, nyugodtan levegőt vehetsz. Reméljük, úgyszólván, ha elmész.

Annak ellenére, hogy nem látjuk a környezetet, gyakran sokkal többet tudunk róla, mint gondolod. A többi érzékszervünknek köszönhetően pontos információkat szerzünk a körülöttünk történő eseményekről. Ha részletesebb leírást szeretnénk kapni az emberekről, a környezetről, vagy tárgyakról, úgyszólván rákérdezzünk a részletekre.

Ne akarj mindenképp elmagyarázni valamit, sokkal inkább a szokásostól eltérő részletekre hívd fel a figyelmünket, úgy mint „A mozgólépcső nem üzemel!” még akkor is, ha mondjuk nem szeretnénk használni – vagy mondjuk „Ebben a sarokban egy új ruházati bolt nyílt”. Ezek az információk hasznosak lehetnek a jövőre nézve.



## Bevásárlás

Hogyha segítesz bemenni egy boltba, kísérsz oda minket egy eladóhoz. Ha viszont van időd és kedved, segíthetsz a bevásárlásban is. Ne izgulj, a nagy bevásárlásokat nem idegenekkel szoktuk elvégezni... Amikor pontosan tudjuk, hogy mit szeretnénk, habozás nélkül meg is vesszük. Ha a fizetésnél nem mondjuk, hogy milyen értékű bankjegyet adunk a pénztárosnak, az a legjobb, ha ő mondja, hogy pl. „1000 Forintot adott”. Rendszerint tudjuk, hogy milyen pénz van nálunk, mindamellett bármikor történhet tévedés, azonban így elkerülhetjük a kellemetlen vitát. A fizetés pillanatában, vagy pénzváltásnál szintén tanácsos a pénzt egyenesen a kezünkbe adva megszámlolni, főleg, ha még apró is van. Ilyenkor ne a papír pénzre tedd rá az aprót, hanem külön-külön add a kezünkbe.



## WC

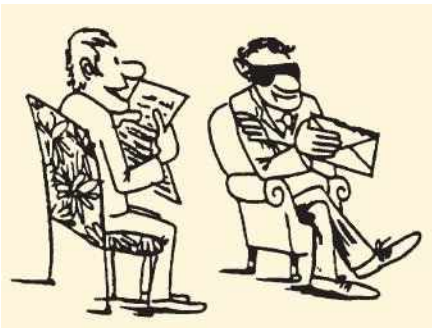
Abban az esetben, ha megkérünk, hogy kísérsz el minket a WC-re, ne ijedj meg. Gondolj bele, hogy milyen kínos nekünk ezzel a kéréssel odafordulni valakihez.

Hogyha pissoir és zárható helyiség is van, hagyd, hogy mi válasszuk ki, hogy melyiket szeretnénk használni. Gyorsan vedd egy pillantást a helyiségre, hogy tiszta –e. Mondd el, hogy hol található a papír, illetve, hogy hol lehet lehúzni a WC-t. Ha van időd megvárni, mutasd meg a mosdót, a szappant, a törülközőt, vagy a kézzárítót. Nyugodtan szólhatsz, ha a törülköző nagyon piszkos. Csak annyi segítséget nyújts, amennyit te is szívesen fogadnál ellenkező esetben.





## Amikor mások olvasnak fel...



Manapság már több informatikai eszköz is rendelkezésünkre áll az olvasáshoz. Viszont még így sem lehet mindegyik szöveget elolvasni, és nem is rendelkezünk mindannyian felhasználói szintű tudással ezen eszközök használatához. Ilyen esetekben a másik félre kell bízunk a felolvasást. Habár egyre szélesebb területet ölel fel azon dokumentumok száma, melyeket Braille-ben, audio támogatással, vagy elektronikus eszközökkel el lehet olvasni, a problémák egy része még mindig megoldatlan.

Nagyon kellemetlen másoktól függeni, amikor személyes levelekről, hivatalos iratokról, vagy pénzügyi kérdésekről van szó. Az ilyen típusú levelek felolvasásakor nélkülözhetetlen a tapintatosság és a titoktartás.

Olvass figyelmesen és érthetően. Mindenekelőtt kezd a feladóval, mert sokszor már ebből tudjuk, hogy szeretnénk –e egyáltalán, hogy folytasd. Sose nyiss fel levelet az engedélyünk nélkül.

Amikor pénzügyi kérdésről van szó, ellenben ez nem derült ki a borítékról, szólj, mielőtt olvasni kezded.

Magánlevél esetén legelőször az aláírást nézd meg, mert ebből el tudjuk majd dönteni, hogy szeretnénk –e, hogy felolvasd. Soha ne saját véleményed szerint ítéld meg egy levél jelentőségét, mondván: „Ez csak reklám!”, anélkül, hogy elmondod, milyen fajta hirdetés. Ezen kívül jobb, ha nem fűzöl hozzá egyéni megjegyzéseket. Ne felejtse el, hogy amikor felolvasol valamit, akkor köztünk és az irat között vagy közvetítő. Felolvasásnál, főleg az újságok és a napilapok esetében nem az a legfontosabb, hogy azt te érdekesnek, fontosnak, vagy szórakoztatónak tartsd. Egyszerűen csak sorold fel a címeket és abból meg tudjuk mondani, hogy melyekre vagyunk kíváncsiak. Ne szakítsd meg a felolvasást felkiáltásokkal, vagy megjegyzésekkel, mert az nagyon zavaró tud lenni.



## Rend és pontosság

Két erény, ami nem túl népszerű, ám nagy jelentőséggel bír annak, aki nem lát. Van egy alapvető szabály, amit figyelembe kell venni, ha szeretnéd tiszteletben tartani önállóságunkat: nálunk minden tárgynak megvan a maga helye, hogy minden helyzetben könnyen megtalálható legyen.

Mindig ugyanoda tegyél vissza mindent, ahonnan elvitted. Ha nem emlékszel rá, hogy hol volt pontosan, kérdezd meg tőlünk, vagy add a kezünkbe a tárgyat, így azt vissza tudjuk tenni a helyére. Ez különösen fontos annál a látássérültnél, aki egyedül lakik, utazik, vagy dolgozik.

Figyelj oda arra, hogy az ajtók legyenek vagy becsukva, vagy teljesen kitérve. A félig behajtott ajtó veszélyt jelent ránk nézve. Ne hagyj szerteszét a szemetesvödröt, a seprőt, vagy más dolgokat ott, ahol általában közlekedünk.

Amikor elmész, ne hagyj felkapcsolva nálunk a villanyokat, mert könnyen előfordulhat, hogy csak napok múlva vesszük észre, hogy úgy maradtak.





## **Befejezés**

Olykor hallani lehet, hogy: „Egyszer megpróbáltam segíteni egy vak embernek, de csúnyán válaszolt vissza. Még egyszer biztos, hogy nem fogok segíteni!”

Igen, ez előfordul... A látássérültek is csak emberek, mint mindenki más, jó és rossz tulajdonságaikkal együtt – de legyünk őszinték: veled egyszer sem történt még olyan, hogy megbántott egy látó ember, akihez udvariasan fordultál? A hála, amit a látássérültek nagy része tanúsít afelé, aki felajánlja nekik segítségét, kárpótolni fog téged is az olykor-olykor előforduló kellemetlen élményekért.

Még sok-sok mindenről tudnánk mesélni, de majd egy következő alkalommal...

**Addig is a mielőbbi viszontlátásra!**

**A kiadványt készítette a Látássérültek Észak-Alföldi Regionális Egyesülete**

**Fordította:  
Szabó Hajnalka**

**Látássérültek Észak-alföldi Regionális Egyesülete**

**Képviselő: dr. Nagy Sándor  
Elnök**

**4024 Debrecen, Rákóczi u. 7.  
Telefon: 52/412-773  
Fax: 52/799-004  
e-mail: [latasserultek@gmail.com](mailto:latasserultek@gmail.com)**

**Adószám: 18566282-1-09**

**Számlaszám: 61200261-11034603**

**[www.latasserultek.hu](http://www.latasserultek.hu)**

A kiadvány az Emberi Erőforrások Minisztériumának  
támogatásával készült el.