

Specializace - **OFTALMOLOGIE**

PhDr. Mgr. Nora Jágerová, PhD.

Pomůcky a POSP

Kompenzační pomůcky

pro osoby se ZP

Kompenzační pomůcka

- *Kompenzační pomůckou pro těžce zrakově postižené se rozumí nástroj, přístroj nebo zařízení, speciálně vyrobené nebo speciálně upravené tak, aby svými vlastnostmi a možnostmi použití alespoň částečně kompenzovalo nedostatečnost způsobenou těžkým zrakovým postižením. (Bubeníčková, Karásek, Pavlíček 2012)*

Výběr pomůcky

- úroveň zrakové ostrosti a zorného pole
- další přidružené poruchy zrakových funkcí
- oblastí života, ve které bude využívána
- věkem jedince (předškolní věk...->...senioři)
- dobou vzniku zrakového postižení (vrozené, získané, progresivní vada)

Klasifikace pomůcek:

1. Dle oblasti jejich využití:

- Pomůcky pro *sebeobsahu* (indikátor hladiny, indikátor barvy, mluvící kuchyňská váha apod.)
- Pomůcky pro *prostorovou orientaci a samostatný pohyb* (bílá hůl, vodící pes, akustický maják apod.)
- Pomůcky pro *práci s informacemi/zpřístupnění informací* (lupa, elektronická lupa, speciálně upravené počítačové zařízení apod.)
- Pomůcky pro *volný čas a zábavu* (hry pro nevidomé, tandemové kolo, ozvučené míče apod.)
- *Didaktické pomůcky – výukové* (reliéfní mapa, reliéfní globus, upraven a zkrácené učebnice, kreslenky, úhломěry, počítadla apod.)

2. Dle báze fungování

- *Mechanické* (bílá hůl, psací stroj, apod.)
- *Optické* (lupy, dalekohledy apod.)
- *Elektronické* (diktafon, speciálně upravené počítačové zařízení apod.)

3. Dle náročnosti ovládaní

- *Jednoduché* (magnetofon, lupa, atd.)
- *Náročné* (např. speciálně upravené počítačové zařízení)

4. Podle způsobu použití

- pomůcky *samostatné* nebo *přídavné* (neplní funkci bez jiného běžného či speciálního zařízení)
- *přenosné* a *nepřenosné*
- lze sledovat také množství funkcí, ke kterým pomůcku lze použít (jednoúčelové, víceúčelové)

5. Podle způsobu pořízení kompenzační pomůcky

- pomůcky plně nebo částečně hrazené zdravotní pojišťovnou
- pomůcky získané s příspěvkem od oborů sociálních věcí pověřených obcí
- pomůcky, které si hradí zřakově postižený sám

OPTICKÉ POMŮCKY

- **Monokuláry** - používají se zejména při pohledu do dálky, např. ve třídě pro vidění na tabuli; na ulici pro hledání názvů ulic apod.
- **Lupy**
 - Lupy do ruky/ příložní - posouvají se po textu, některé jsou vybaveny i osvětlovacím zařízením.
 - Lupy stojánkové – pevná ohnisková vzdálenost, tyto lupy umožňují díky vzdálenosti od plochy čtení i psaní pod lupou.
 - Lupy kapesní aj.
- **Optické elektronické pomůcky:**
 - *tel. obrazovka/monitor + stojan s kamerou+ čtecí pult*
 - stolní
 - přenosné (zařízení s ručně vedenou kamerou a zařízení s pevnou kamerou)
- Kamerové lupy se jako i ostatní kompenzační pomůcky liší způsobem provedení dle výrobce (např. Elvos, Galop, Proxima, Spektra aj.), možností osvětlení a dalšími funkcemi - např. možnost zvětšení, nastavení kontrastu, černobílý či barevný obraz popř. nastavení barevné kombinace a jasů barev, úpravy textu výřezem (okénkem, rámečkem) a pod.

NEOPTICKÉ POMŮCKY

- pomůcky pro domácnost (hladinky, váhy, měřicí přístroje, aj) s hlasovým výstupem; označovače (např. Dymo páska, Sherlock, aj.)
- pomůcky pro psaní bodového písma a pro jeho výuku (písanky, Pichtův stroj, aj.)
- pomůcky pro sebeobsluhu a prostorovou orientaci (Colortest, bílá hůl aj)

ELEKTRONICKÉ POMŮCKY

- Zvětšovače a odečítače obrazovky
- Počítač se skenerem a příslušným softwarem
- Braillové zobrazovače (braillové řádky)
- Elektronické přenosné zápisníky; např. Easy Link - přenosný zápisník s hlasovým výstupem (braillová klávesnice s bezdrátovým připojením (Bluetooth) ke kapesnímu počítači PDA nebo k mobilnímu telefonu nebo k PC.
- Komerové lupy (televizní, digitální) <http://www.sagitta.cz>

- **Počítač s hlasovým výstupem**

<http://www.pristupnost.cz/screen-readery/>

- **Braillové zobrazovače**

<http://www.pristupnost.cz/braillovske-radky/>

Počítačové vybavení:

- Zvětšovací programy - digitální PC lupy (např. BigShot)
- Zvětšovací a odečítací programy (např. ZoomText)
- Odečítací programy = hlasová syntéza „čte“ dokument

+ možnost připojení terminálu pro nevidomé = Braillovský řádek/ hmatový zobrazovač

- speciální hardware pro nevidomé, známý u nás také jako hmatový zobrazovač. Připojuje se k počítači a převádí textové informace z obrazovky do Braillova písma.
- finanční náročnost
- nutnost vybavení počítače speciálním software.

Na koho se obrátit?

- Střediska SONS
- Tyflopomůcky Olomouc
- Tyfloservis, o.p.s.
- Krajská TyfloCentra
- SPC (zejm. při školách pro zrakově postižené)
- Školy pro zrakově postižené; Střediska podpory při VŠ
- více na www: <http://www.tyflopomucky.cz/>, www.spektra.eu

Prostorová orientace a samostatný pohyb osob se zrakovým postižením

POSP

Požadavky na samostatný pohyb

- bezpečný
- jistý
- plynulý
- esteticky přijatelný

Předpoklady samostatného pohybu:

1. Představa o prostoru

- -představa prostoru dle popisu, vjemů (čich, hmat, distančně pomocí hole), orientačních bodů a vodicích linií, vnímání pohybujících se objektů a rozpoznání směru jejich pohybu
- *u dětí*: představy o geom. tvarech, rozlišování zvuků, bolest při setkání s překážkou patří k životu, chuť poznávat

2. Dovednosti

- určit směr (znalost úhlů 180° , 90° i 45° , vlevo-vpravo)
- udržet směr (5 – 45m bez vodicí linie)
- odhad vzdálenosti
- odhad nakloněné roviny
- stáčení trasy, zakřivení dráhy
- lokalizace překážek bez doteku

Hlavní techniky pohybu

- Samostatný pohyb bez průvodce a bez hole – TRAILING (kluzná prstová technika)
- Chůze s průvodcem
- Chůze s vodícím psem
- Chůze s bílou holí – **techniky:**
 - Kluzná technika s holí (gliding)
 - Kyvadlová t.
 - Kombinovaná t.
 - Diagonální t. (chůze do schodů)

Výuka samostatného pohybu

1. u dětí:

- speciální školy: předmět speciální péče
- integrace/inkluzie: úloha SPC

2. u starších 15let:

- Tyfloservis, o.p.s. (instruktor prostorové orientace)

Videodokumentace

<https://www.youtube.com/watch?v=6ZQf6U9Sagw&list=PLA02B59F5644478F7&index=1> - výlet bez bariér (20min)

Zásady POSP

Jak vést nevidomého?

- 1) Na počátku POZDRAVIT. Upozornit na sebe.
- 2) Nebát se nabídnout pomoc při společné cestě
- 3) Nebát se odmítnutí (ne všichni pomoc potřebují)
- 4) Nevidomého vedeme tak, že je zavěšen do naší paže (NETLAČÍME HO PŘED SEBOU!!!)
- 5) Při procházení úzkým prostorem, dveřmi – jde průvodce PRVNÍ. Paži je třeba natáhnout dozadu tak, aby provázený mohl jít za vámi.

Schody ...

Zásady:

- Upozornit na zábradlí –ZEPTAT SE zdali jej chce nevidomí využít
- Stojíme u schodiště => upozorníme: „*Pozor, schody nahoru (dolu)*“ a vyrazíme.
- Oznamovat POSLEDNÍ SCHOD

- Počet schodů není třeba oznamovat.
- Upozornit na eskalátory

Zásady POSP

Dopravní prostředky (hromadná doprava)

- **Nástup/výstup:** Nabídnout pomoc, ale nevnucovat
- **Postačí:** Dovést nevidomého ke dveřím vozu => ukázat držadlo dveří (položením jeho volné ruky na držadlo).
- Společné cestování:
 - Průvodce jde první
 - Ukáže držadlo (podá ruku)
 - Dobré je upozornit na výšku schodů

Dopravní prostředky automobil

- 1) Dovést postiženého do prostoru mezi auto a OTEVŘENÉ dveře
 - 2) Volnou RUKU POSTIŽENÉHO POLOŽIT na horní hranu dveří
 - 3) DOMLUVIT SE kdo zavře dveře
- => Zbytek zvládne postižený sám

Zásady POSP

Místo k sezení

=> **UKAŽTE NEVIDOMÉMU SEDADLO, ALE PONECHTE NA NĚM – ZDA SI CHCE SEDNOUT!!!**

Pokud si nevidomí sednout chce ...

Položte ruku nevidomého na OPĚRADLO – řekněte: „Toto je židle, zde je opěradlo“
=> **Nevidomí si sedne sám!! (Nestrkat)**

NE / ANO

Neříkejte:

- Židle je TADY
- Stůl je TAM; TÁMHLE je ...

X

Použijte:

Před Vámi je židle; Židle je 10 m před Vámi
Hrníček je před Vaší levou rukou

Děkuji za pozornost!

