

Oczami niewidomego: czynności i sprzęt codziennego użytku

Data publikacji: 7.01.2018 17:15

Gotowanie, wypieki cukiernicze, sprzątanie, prasowanie, mycie okien, wycieczki rowerowe, kontrola stanu swojego zdrowia itp. To czynności, które większość z nas wykonuje na co dzień automatycznie, nie zastanawiając się często jakby to było w momencie utraty jakiegoś ze zmysłów, w momencie stania się osobą niepełnosprawną. Jednak osoby z różnymi dysfunkcjami także muszą dawać sobie radę z tymi czynnościami.

□

Jak to wygląda u nas niewidomych, słabowidzących? Podobnie, z małymi tylko szczegółami. Dzieci, które przychodzą na świat jako niemowlaki niewidome od urodzenia nie mają niestety możliwości podpatrzenia i zapamiętania tych czynności od osób starszych w pierwszych latach życia. One muszą uczyć się tego od najmłodszych lat. Najczęściej w rodzinnym domu lub w szkołach dla dzieci i młodzieży niewidomej, gdzie jest specjalny przedmiot „czynności dnia codziennego”, uczą ich zagadnień od podstawowych, jak mycie zębów, ubierania się czy zmywania talerzy przez sprzątanie na gotowaniu czy pieczeniu kończąc. Ma to na celu lepszy start do codzienności.

Osoby ociemniałe czyli takie, które wzrok utraciły oraz słabowidzące, czynności te pamiętają z okresu, kiedy widziały i mają odniesienie do tego jak daną czynność należy wykonywać. Przyznam jednak, gdy sam utraciłem wzrok wszystkiego musiałem uczyć się od nowa bez używania wzroku. Początki były różne, czasem nawet ciężkie. Ale większości można się nauczyć. Trzeba tylko chcieć, mieć koło siebie pomocne osoby i niestety czasem sprzęt dostosowany dla osób w moim przypadku niewidomych.

Dzięki takim przedmiotom jak czujnik cieczy możemy samodzielnie zalać sobie kawę, herbatę, kakao, używając bilonówki czy banknotówki samodzielnie zapłacić za zakupione rzeczy w sklepie, do poruszania się samodzielnie używamy najczęściej kojarzonej z nami „białej laski”.

W kuchni przydatnymi stają się noże zakończone nie ostrym szpicem tylko zaokrąglone, silikonowe deski do krojenia, stolnice, obieraczki do warzyw i owoców. Pomocne w kuchni każdej gospodyni są też mówiące wagi kuchenne czy silikonowe łapki do trzymania np. gorących garnków.

W łazience może stać waga łazienkowa, która o uzyskanej wadze ciała informuje głosowo. Z praniem niewidomi najczęściej radzą sobie oznaczając sobie programator, aby mogli sami nastawić odpowiednie pranie. Tak samo wygląda sytuacja z piecami kuchennymi.

Możliwe jest samodzielne dokonanie pomiaru temperatury ciała, temperatury wewnątrz pomieszczenia jak i na zewnątrz, ciśnienia tętniczego czy poziomu cukru we krwi. Używamy do tego tych samych przedmiotów, z tą różnicą, że są one udźwiękowione. Taka sama sytuacja jest z korzystaniem ze sprzętu elektronicznego np. komputery stacjonarne czy przenośne, wyposażone jedynie w programy udźwiękowiające.

Tak więc praktycznie samemu potrafimy wykonywać większość czynności dnia jednak w wielu przypadkach trwa to dłużej, musimy korzystać z udźwiękowanego lub dostosowanego dla nas sprzętu. Jednak i tak bezcenna w wielu chwilach jest pomoc drugich osób, za którą Wszystkim dziękujemy.

Andrzej Koenig