

Los ciegos y tu

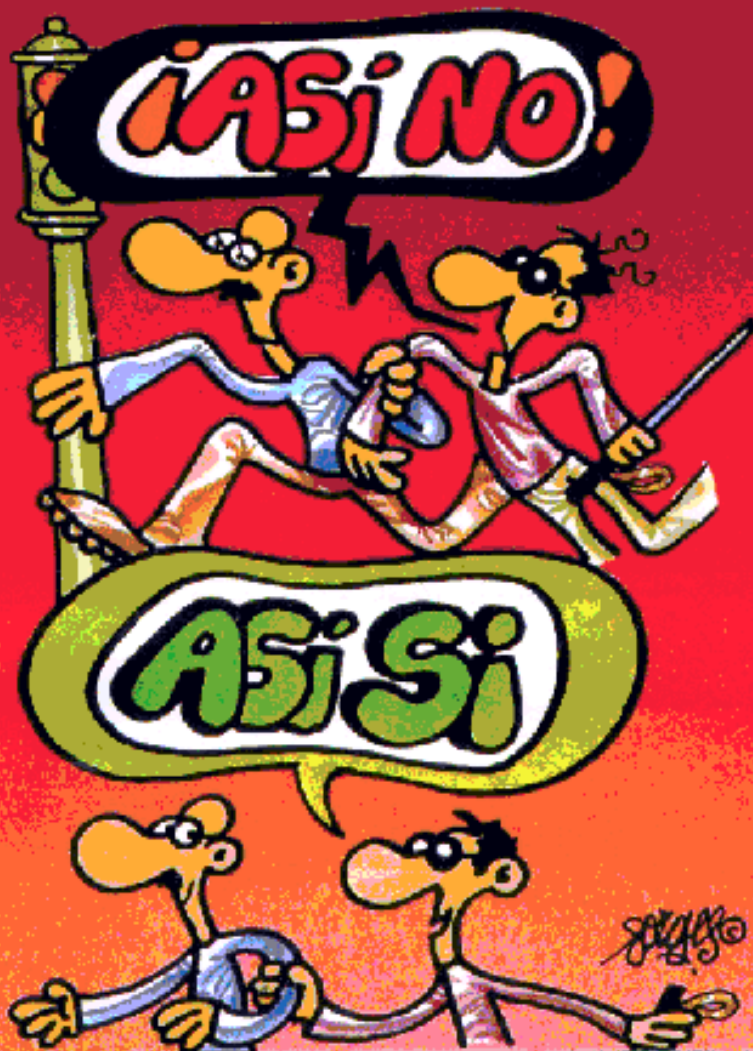


GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y CIENCIA



LOS CIEGOS Y TU



«ASI NO, ASI SI»

es una adaptación libre del folleto

«ESO NO. PARA QUE SUS
RELACIONES CON LOS CIEGOS
SEAN BUENAS... ACTÚE ASI»



«ASI NO, ASI SI» es una adaptación libre del folleto «ESO NO. PARA QUE SUS RELACIONES CON LOS CIEGOS SEAN BUENAS... ACTUÉ ASI»

de Herman van Dyck, Presidente de la Federación Nacional de Ciegos de Bélgica.

EDITA: Consejería de Educación y Ciencia

Organización Nacional de Ciegos de España.

DIBUJOS: © Forges.

TEXTOS: Beatxu Borreguero.

LOCUCION: Equipo Específico para la atención a alumnado deficiente visual

DISEÑO MULTIMEDIA: González Tejo.

DEPOSITO LEGAL: AS- 01180 - 2003.

ISBN: 84 - 688 - 2296 - 5

© Antonio Fraguas, cedido el derecho de reproducción de la presente edición a la Organización Nacional de Ciegos de España.



¡ES TAN SENCILLO...

... Comportarse naturalmente con una persona ciega o deficiente visual. !

Simplemente consiste en paliar su deficiencia con naturalidad y, preferentemente, siempre que él lo requiera. Partiendo de la premisa de que una persona ciega puede hacerlo prácticamente todo, debes ser tú el que cubras su necesidad, pero siempre a su requerimiento o preguntándole si desea ayuda.

Nada más; el resto de tu relación con los ciegos será exactamente igual de cortés y relajada que con el resto de tus amigos, conocidos o simples transeúntes.

Por eso, este pequeño manual no pretende ser más que un conjunto de bases generadas en el sentido común de cualquier ser humano, pero claramente especificadas y ordenadas. ¿De acuerdo?
Pues pasen y vean...



NO LE OBLIGUES A CRUZAR...



Antes de erigirte en «cruzado por la causa», en «equipo de salvamento» derrochador de ayuda y energía, respeta la libertad de todas las personas:

- Pregunta siempre a una persona ciega si necesita ayuda.

La ayuda «espontánea» no siempre es útil, y muchas veces resulta inoportuna y peligrosa para la persona que no ve.



... ANTES DEBES PREGUNTAR



Si después de preguntarle, su respuesta es afirmativa,

- Ofrecele tu brazo, no cojas el del ciego.
- Cruza con él la calle, y
- Avísale cuando haya que subir o bajar la acera.



UN CIEGO NO ES UN PAQUETE...



Una persona ciega puede necesitar ayuda para subir o bajar del metro, del autobús, de un tren o de un taxi. Pero «ayudar» no significa «levantar por los aires», ni «coger en brazos».

«Ayudar» es «facilitar las cosas», o sea, lo contrario de «entorpecer».

Recuerda que una persona ciega que viaja sola, casi siempre sabe moverse en el metro, coger un autobús o entrar en un taxi.



... MUESTRASELO, QUE EL SE METE



Si después de preguntar, una persona ciega quiere que le ayudes a utilizar los medios de transporte,

- Condúcele hasta la puerta de entrada (o de salida).
- Pon su mano en la barandilla o pasamanos.
- Pasa delante de ella y muéstrale dónde y cómo son los escalones.

Si lo que quiere es entrar en un coche,

- Acércale hasta el coche.
- Sitúale entre el vehículo y la puerta abierta.
- Pon su mano en la parte más alta de la puerta.
- El con la otra mano, se hará una idea de la altura del techo y de dónde está el asiento.



NI LE EMPUJES NI LE AGARRES...



Si viajas en metro, en un autobús o en un tren, y ves que una persona ciega se prepara para bajar en tu misma parada,

- No dudes en ofrecerle tu ayuda.

Generalmente, nadie rechazará tu propuesta, pero si lo hacen no te enfades.

Muchas veces, tú también prefieres hacer las cosas solo.



QUE EL TE COJA... Y TU DELANTE



Si la respuesta es afirmativa,

- No le cojas del brazo; ofrécéselo.
- No le empujes. Tú, que si ves, tienes que abrir camino, sin «radiar» las jugadas más interesantes («a la derecha, ahora a la izquierda...»). Piensa que al ir agarrado de tu brazo, percibe perfectamente todos tus movimientos.

Si queréis entrar por una puerta o pasar por algún lugar estrecho,

- Pasa delante de él, siempre.
- Mueve ligeramente tu brazo para que la persona ciega frene un poco y se vaya colocando detrás de ti.



EN ACERAS Y ESCALERAS... TU LE AVISAS Y EL SE ENTERA



Si vas paseando del brazo con una persona ciega y tenéis que subir o bajar una acera,

- No frenes en seco; la persona ciega no necesita tocar con su bastón el borde de la acera. Basta con que le digas: «Sube» o «Baja».

Si tenéis que subir o bajar unas escaleras, no es necesario que antes cuentes los escalones; basta con avisarle. Si la persona ciega prefiere utilizar la barandilla,

- Indícale si el pasamanos está a su derecha o a su izquierda; después, coloca su mano sobre él.

Y lo más importante:

- Avísale siempre al llegar al primero y al último escalón.



CON UNA AYUDA AGOBIANTE, LE PONDRÁS DE MAL TALANTE



Ayudar a un ciego siempre es de agradecer. Pero de ahí a seguirle para que no tropiece va un abismo. El ciego, cuando camina, tiene alerta todos sus sentidos.

- No sigas a un ciego: conseguirás, tan sólo, ponerle nervioso.



NO LE SIENTES A CAPON...



En los medios de transporte hay frenazos y movimientos imprevistos.

Muéstrale el asiento, pero no olvides que:

- Nadie está obligado a sentarse.



... DILE DONDE ESTA EL SILLON



Y «mostrarle el asiento» no significa «sentarle directamente».

- Avísale que hay un asiento libre, y pon su mano sobre el respaldo o sobre el brazo del asiento.



CON UN «ALLI» NO HACES NADA



Algunas palabras de nuestro vocabulario sólo nos resultan útiles si las reforzamos con gestos o con indicaciones manuales. Es el caso de los adverbios «aquí, allí, ahí... », que nada significan para una persona que no puede ver. Para indicarle «dónde» a una persona ciega, dale otras referencias:

- «A tu derecha o a tu izquierda»,
- «Delante o detrás de ti»,
- «Un metro a tu derecha»,
- «En la pared de tu izquierda»,
- «Debajo del plato de tu derecha»...



TEN SUS COSAS CONTROLADAS



Si ayudas a una persona ciega a quitarse la cazadora, o recoges su bolso o guardas su paraguas, no olvides:

- Decirle exactamente el lugar en el que has dejado sus cosas.

Si lo olvidas y te vas antes que ella, le será muy difícil volver a encontrarlas.

Por eso, siempre,

- Es preferible que sea él mismo quien guarde y recoja todas sus cosas.



A LA HORA DE CHARLAR...



Una persona ciega sabe perfectamente que no ve, y también sabe que hay otras muchas personas que sí ven. Sabe que existen palabras relacionadas con la vista (ver, mirar, ojos, ciego, invidente...), y no se ofende al oírlas. Por eso, si estás hablando con una persona ciega,

- Hazlo con toda naturalidad.
- Si le dices «miro», o «lo ves...?», no te pongas nervioso, ni empieces a tartamudear: no pasa nada.



... LO MEJOR: SER NATURAL



Para una persona ciega, la palabra

- «Ver» significa apercibir, palpar, tocar, sentir, oír, oler...».
- Por eso, habla con naturalidad.



NO LE HAGAS ADIVINANZAS...



Para dirigirte a una persona ciega:

- Salúdale de forma que no quepa duda que te estás dirigiendo a ella.
- A continuación, identifícate.



... PRESENTATE SIN TARDANZA



Aunque los ciegos desarrollan al máximo el resto de sus sentidos (sobre todo el tacto y el oído), eso no quiere decir que identifiquen todos los sonidos y las voces que oyen.

Si hace tiempo que no ves a una persona ciega, o si no recuerda tu voz,

- No le pongas a prueba. Dale más referencias, más datos sobre quién eres.
- ¡Y no te ofendas por eso! Reconocer una voz es más difícil que recordar un nombre o una cara.



NO PREGUNTES A TERCEROS...



La persona ciega, como todas las demás, sabe si se quiere sentar, si quiere tomar algo, si quiere entrar a algún sitio..., por eso, aunque vaya acompañada,

- Pregúntale directamente a ella, evitando dirigirte a otras personas.



... Y PREGÚNTASELO AL CIEGO



Si le ofreces una bebida, tabaco, un cuaderno, un cenicero..., lo que sea,

- Pónselo en la mano, diciéndole lo que es, o
- Déjalo en un sitio en donde lo pueda coger fácilmente, indicándole dónde está.



AVISALE AL AUMENTARTE...



Cuando llegues o cuando te vayas de un sitio en donde haya una persona ciega,

- Avísale. Porque puede ser que no te haya oído entrar, y no puede ver cuándo te vas.



... Y QUE VUELVES A SENTARTE



En las conversaciones con personas ciegas, tus gestos, tus sonrisas, tus sentimientos, no dicen nada, porque no se ven.

- Las respuestas tienen que ser sonoras, habladas.



NO TE ENROLLES DESCRIBIENDO Y AYÚDALE RESPONDIENDO



Hablar por hablar es igual de molesto para la persona ciega que para la que ve. La información que puedas proporcionar a una persona ciega, debe

- Responder a sus dudas.

También es muy útil mencionar las últimas novedades que puedan afectarle, aunque no las necesite en ese momento: «Esta escalera mecánica no funciona», «Han trasladado la parada del autobús a la siguiente esquina», «Han abierto una tienda vaquera en esta calle»...



CUANDO VAYAS A COMPRAR, LO MEJOR ES INFORMAR



Si vas de compras con una persona ciega, no dudes en

- Facilitarle el objeto para que lo toque.
- Describirle el color, calidad, diseño, etc.
- Aconsejarle acerca de si le va bien o no con su vestimenta, decoración, etc.

Al darle las vueltas del pago o al manipular dinero, hazlo contando las monedas y billetes sobre su propia mano; así evitarás que él tenga que contarlos.



¿NECESIDAD NATURAL? COMPORTATE MUY NORMAL



Si una persona ciega te pide ayuda para ir al servicio no te sientas incómodo.

Compórtate de la manera más natural:

- Acompáñale y dile cuál es el water que está más limpio,
- Dónde está el papel,
- Dónde está la cisterna,
- Dónde se puede lavar y secar las manos.



A LA HORA DE LEER, SON TUS OJOS LOS DE EL



La persona ciega tampoco puede leer su correspondencia privada. Por ello, si te solicita ayuda:

- Dile quién es el remitente o, en su defecto, quién firma la carta. En su caso te limitas a leer la carta completamente y no a contarle el «argumento».
- Lee despacio y con claridad.

Y ¡ojo!, nunca abras ningún sobre si él no te lo pide.



CADA COSA EN SU LUGAR Y NO LE HAGAS ESPERAR



Para un ciego que vive, trabaja o viaja solo, el orden es fundamental. El conoce perfectamente dónde está cada cosa.



Si por cualquier razón, sus objetos personales han de cambiarse eventualmente de lugar, devuélvelos en cuanto puedas a su sitio.

Si no recuerdas dónde estaban, él seguro que sí: pregúntaselo.

Recuerda:

- Las puertas de las habitaciones deben permanecer abiertas o cerradas del todo.
- Las puertas de los armarios, siempre cerradas.

Y, además, no olvides que la puntualidad en la cita con los ciegos es fundamental.

Unos minutos de espera sin poder ver, ni nada que hacer, se vuelven eternos.



« bien con el corazón. Lo esencial resulta
invisible a los ojos.»

A. de Saint-Exupéry