



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Aumentare la conoscenza riguardo l'orientamento e la mobilità

Virtual Academy
*for Professionals in Education and Training
of Visually Impaired People*



Il progetto "VAPETVIP - Virtual Academy for Professionals in Education and Training of Visually Impaired People" è stato cofinanziato dal programma "ERASMUS+" della Commissione Europea.

Questa pubblicazione riflette esclusivamente il punto di vista dell'autore e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Il presente Curriculum è pubblicato dal consorzio del progetto VAPETVIP.



Licenza

Il "Tecniche di orientamento e mobilità a supporto di persone con disabilità visiva" è concesso in licenza [Creative Commons Attribution-Non-commercial-ShareAlike 3.0 Unported License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).

Stampato a gennaio 2019 dal Consorzio del Progetto VAPETVIP:

Fundação Raquel e Martin Sain
(Project Coordination)
Rua Joao Saraiva 11
1100-578 Lisbon—PORTUGAL
www.fundacao-sain.pt

Berufsfoerderungswerk Düren
Karl Arnold Strasse 132-134
52349 Düren—GERMANY
www.bfw-dueren.de

National Rehabilitation Centre for Blind
Landos 24
4006 Plovdiv—BULGARIA
www.rehcenter.org

National Institute for the Blind
Hamrahlid 17
105 Reykjavik—ICELAND
www.midstod.is

Future 21st Century Foundation
ул.Каменица 2
4000 Plovdiv—BULGARIA
portal4languages.eu/

Istituto Rittmeyer
Viale Miramare 119
34136 Trieste—ITALY
www.istitutorittmeyer.it

Mutualité Française Anjou-Mayenne
67 Rue des Ponts de Cé
49100 Angers—FRANCE
www.mfam.fr

Fundacion ASPAYM Castilla y Leon
Calle Severo Ochoa 33 "Las Piedras"
47130 Simancas (Valladolid)—SPAIN
www.aspaymcyl.org

INDICE

Indice	3
I. Presentazione	5
II. Obiettivi	6
Obiettivo generale del corso	6
III. Schema	7
IV. Contenuto	8
Introduzione.....	8
Concetti di base	8
Parte 1 - Capire le persone con disabilità visiva	9
1.1 Cecità	9
1.2 Cecità parziale	13
1.3 Risorse necessarie per movimenti indipendenti	17
1.4 Nozioni di autonomia	18
1.5 Conoscenze di base sull'accessibilità	18
1.6 Conclusione	21
Parte 2 – Buone pratiche	22
Situazione n.1: ufficio	22
Situazione n.2: con il cane guida	22
Situazione n.3: alla toilette	23
Situazione n.4: per la strada	23
Situazione n.5: tecniche di guida	24
Conclusione	24
Parte 3 – Formazione faccia a faccia	25
V. Glossario	27

VII.	Esercizi di autovalutazione	28
VIII.	Appendice	30

I. PRESENTAZIONE

Questo corso di Orientamento e Mobilità (O&M) è stato sviluppato per soddisfare le esigenze di ogni persona che desidera acquisire conoscenze sulla disabilità visiva, in generale, e fornire sostegno all'orientamento e alla mobilità, per professionisti e non professionisti.

Il corso è organizzato in 3 fasi:

1. Una parte teorica - con alcune domande alla fine per convalidare le conoscenze.
2. Una parte pratica: composta da 3 video con errori in situazioni di O&M.
3. In alcuni casi, un intervento faccia a faccia: mezza giornata dedicata al confronto faccia a faccia con un allenatore. Questo sarà organizzato da un'organizzazione specializzata e promuoverà la pratica in situazioni di vita reale su O&M.

La parte faccia a faccia del corso non è obbligatoria per la certificazione e sarà organizzata in accordo con i paesi di provenienza e con l'interesse dei tirocinanti per tali azioni.

Gli studenti potranno iniziare questo corso quando lo desiderano, ma dovranno seguire il percorso proposto per ottenere la certificazione. Il certificato sarà consegnato automaticamente al termine della prima fase di certificazione.

Sono previste due fasi: una parte teorica e una parte pratica. La certificazione viene rilasciata solo se il 100% delle risposte avranno avuto successo (il 100% delle risposte deve essere corrette nella prima fase per poter accedere alla seconda fase).

II. OBIETTIVI

OBIETTIVO GENERALE DEL CORSO

L'obiettivo principale di questo materiale è quello di preparare lo studente:

- Avere conoscenze di base sull'orientamento e la mobilità;
- Conoscere quali sono le tecniche di guida;
- Comunicare con una persona non vedente/ipovedente;
- Descrivere l'ambiente;
- Spiegare verbalmente un movimento;
- Fornire semplici informazioni sull'accessibilità ambientale che possano dare autonomia nel movimento.
- Identificare i bisogni e rispondere in modo appropriato.

III. SCHEMA

Parte 1 – Capire le persone con disabilità visiva

1.1 Cecità

1.1.1 Cecità e mezzi di compensazione

- Udito
- La percezione delle masse
- Il tatto
- Il senso cinestetico
- L'olfatto

1.1.2 Il trattamento dei dati

1.1.3 Caratteristiche delle persone cieche

1.2 Cecità parziale

1.2.1 I quattro tipi principali di perdita della vista

1.2.2 Fenomeni associati alla perdita della vista

1.2.3 Orientamento e mobilità in persone disabili visive

1.2.4 Il trattamento dei dati

1.3 Risorse necessarie per movimenti indipendenti

1.3.1 A livello fisico

1.3.2 A livello mentale

1.4 Nozioni di autonomia

1.5 Conoscenze di base sull'accessibilità

1.6 Conclusione

Parte 2 – Le necessità delle persone disabili visive

2.1 Buone pratiche

IV. CONTENUTI

INTRODUZIONE

Accade spesso che ci sentiamo impotenti quando incontriamo una persona con disabilità visiva, senza sapere cosa fare e come farlo, o cosa dire e come dirlo. Si può avere paura di insultare la persona con disabilità visiva. Questa situazione è dovuta, tra l'altro, alla mancanza di conoscenza delle menomazioni della vista, alla mancanza di esperienza e di competenze sociali.

Questa formazione offre informazioni su come è possibile:

- Superare queste carenze e quindi facilitare l'interazione con le persone con menomazioni visive.
- Acquisire strumenti per soddisfare le esigenze delle persone ipovedenti nelle diverse situazioni della vita quotidiana.

Il campo di discussione saranno l'orientamento e la mobilità, ovvero il processo individuale che permette ad una persona con disabilità visiva di muoversi quotidianamente in modo autonomo, sicuro e confortevole. L'orientamento e la mobilità si avvalgono di un insieme di competenze e tecniche apprese attraverso una lunga e complessa formazione sequenziale impartita da uno specialista dell'orientamento e della mobilità (o riabilitazione in luogo di residenza).

CONCETTI DI BASE

L'**orientamento** si riferisce alla capacità della persona di mantenere la consapevolezza della propria posizione nello spazio in qualsiasi momento, cioè di sapere dove si trova, dove vuole andare e come arrivarci. Questo processo si ottiene solitamente attraverso l'uso di canali sensoriali e grazie alla rappresentazione mentale del luogo. In assenza di visione, il processo di orientamento consisterà nel raccogliere e interpretare tutte le informazioni disponibili e appropriate attraverso il senso uditivo, tattile, cinestesico, olfattivo e termico, al fine di individuare i punti necessari per la navigazione.

La **mobilità** è la capacità di muoversi agevolmente, comodamente e in sicurezza. Richiede una consapevolezza cinestesica dei movimenti del corpo in una situazione dinamica e l'uso di tecniche per rilevare le caratteristiche dell'ambiente. La mobilità dipenderà dalla capacità dell'individuo di coordinare le proprie azioni con l'ambiente.

PARTE 1 – CAPIRE LE PERSONE CON DISABILITÀ VISIVA

La classificazione internazionale delle disabilità codifica in modo preciso le principali forme di danno visivo, sia esso causato da una compromissione dell'acuità visiva in uno o entrambi gli occhi, da una compromissione del campo visivo, da una compromissione delle strutture annesse della funzione visiva o da una lesione cerebrale che causa disturbi neuro-visivi. Il danno visivo viene valutato dopo la correzione.

Per l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), la cecità assoluta è l'assenza di percezione della luce.

La cecità grave è definita da un'acuità visiva binoculare corretta inferiore a 1/50 e (o conteggio delle dita inferiore a 1 metro) con percezione della luce conservata (essere in grado di dire se si tratta di giorno o di notte), e un campo visivo inferiore a 5°.

Il tasso medio di invalidità corrisponde ad un'acuità visiva binoculare corretta meno di 3/10 e superiore o uguale a 1/10 e con un campo visivo inferiore a 20°.

Una migliore conoscenza delle aree oftalmologiche, neurofisiologiche e funzionali ha portato i professionisti a pensare in termini di capacità visive. Questa nozione più generale tiene conto dell'acuità e del campo visivo, ma anche dei colori della visione, del contrasto, del sollievo, a seconda di tutte le condizioni psicologiche e ambientali che influenzano l'elaborazione delle informazioni visivamente percepite.

1.1 CECITÀ

Una persona non vedente è una persona affetta da cecità, il che comporta la mancanza di capacità visive. Possono verificarsi due situazioni:

- Cecità congenita: la persona non ha un potenziale visivo dalla nascita;
- Cecità acquisita: la persona non ha più un potenziale visivo a causa di circostanze successive nella vita.

1.1.1 - Cecità e mezzi di compensazione

Se le informazioni necessarie per il movimento e l'orientamento nello spazio non possono essere raccolte visivamente, gli altri sensi vengono attivati per compensare la mancanza di vista.

Presenteremo nell'ordine di importanza:

- a. l'udito;
- b. il senso dello spazio e l'ecolocalizzazione;
- c. il tocco (diretto e indiretto, manuale e pedonale);
- d. il senso cinestesico;
- e. l'odore.

a) Udito

Quando ci si muove, l'udito è il senso più utilizzato.

Il rumore del movimento dei veicoli, i motori delle automobili, i piedi dei pedoni su una scala o in un grande spazio (luogo, lastra) permettono ai non vedenti di identificare una direzione di movimento.

La scelta di andare o fermarsi può così essere facilitata.

I suoni provenienti da altoparlanti, luci sonore o arredi come fontane o scale mobili sviluppa una strategia di movimento incoraggiando la persona a prendere di mira un punto (suono di freccia), per guidare se stessa in uno spazio identificato.

Una buona percezione e un'analisi dell'udito consentiranno, ad esempio di:

- Camminare dritto su un marciapiede
- Conoscere i segni agli incroci
- Attraversare in sicurezza
- Capire la propria posizione
- ecc.

b) Il senso dello spazio, l'ecolocalizzazione o "ascolto spaziale"

Il senso dello spazio non è un sesto senso ma è la capacità di sentire la presenza di un grande oggetto più o meno importante (parete, colonna, edificio) o la sua discontinuità (ad esempio, uno spazio vuoto creato dalla presenza di un corridoio). È soggetto a condizioni riguardanti la persona (stanchezza e velocità di movimento) e le condizioni atmosferiche (ambiente relativamente tranquillo). Questa percezione, quando è raffinata, permette di determinare materiali diversi (una parete di vetro e una parete di legno non provocheranno le stesse sensazioni). Alcune persone con disabilità visiva lo usano per mantenere il movimento o come senso di sostegno.

Ecolocalizzazione: È un modo per navigare nello spazio attraverso l'eco, simile per esempio a quello dei delfini e dei pipistrelli. La persona fa un "click" sbattendo la lingua contro il palato, o usando un bastone. Produce poi un suono molto secco, più o meno potente a seconda dell'ambiente. L'ecolocalizzazione umana può identificare barriere e punti di riferimento, riconoscere un luogo da diverse angolazioni, da 0 a diverse decine di metri.

c) Tocco

Tocco indiretto: il bastone bianco

Il bastone bianco è l'aiuto più utilizzato per la mobilità delle persone con disabilità visiva. Il suo utilizzo è ormai consolidato da diversi decenni. I progettisti delle tecniche ancora oggi utilizzate sono Richard Hoover e il veterano personale del Valley Forge Hospital in Pennsylvania. Lo strumento di riferimento essenziale per gli stakeholder è stato pubblicato nel 1976 da Hill e Ponder. Julie-Anne Couturier e Agathe Ratelle hanno scritto il manuale di intervento in Orientamento e Mobilità nel 2010. La canna bianca ha 3 funzioni:

- Protezione;
- Informazioni;
- Identificazione.

Protezione: Come aiuto alla mobilità, la canna viene utilizzata per proteggere la persona. Rileva a una distanza di un metro davanti a voi. La canna protegge la parte inferiore del corpo, situata tra la vita e i piedi. La canna non protegge le barriere in altezza (ramo d'albero, balcone, specchietto retrovisore di autobus o camion, ecc).

Informazione: La canna viene utilizzata per esplorare i dintorni immediati e informare l'individuo delle caratteristiche della superficie su cui scivola. Si tratta di un'estensione della mano che permette di rilevare nel terreno: linee di avvertimento di sicurezza; la natura della superficie (catrame, marciapiedi, pavimenti, legno ecc....); le fasce guida che risolvono alcuni problemi di orientamento; gli ostacoli (coni, pali, ecc....); i rilievi (marciapiedi, bordi, gradini, scale, ecc....).

Identificazione: La canna viene utilizzata anche per indicare il VIP ad altre persone (automobilisti, conducenti, pedoni) e quindi per essere meglio identificati.

Le tecniche di rilevamento con la canna bianca sono insegnate da specialisti in Orientamento e Mobilità (o Riabilitazione nel luogo di residenza).

Nuovi strumenti elettronici possono integrare la tecnica della canna bianca per ottimizzare l'inseguimento (Minitact, Electronic Cane).

Altri tipi di bastoni che sono utilizzati:

- Pre-Bastone: Strumento di protezione con un uso semplice, ma limitato ad alcune situazioni. È consigliato per bambini piccoli (di età inferiore ai 6 anni) o persone con ulteriori disabilità.
- Bastone per il riconoscimento: Strumento tenuto per mano, ma non a terra. Fornisce un riconoscimento per la persona ipovedente da parte di altre persone.
- Bastone per il sostegno: Strumento utilizzato soprattutto dagli anziani ipovedenti, come ausilio per camminare o per mantenere l'equilibrio.

Tocco diretto: con mani o piedi

Con i piedi, permette di:

- Trasmettere una sensazione podotattile per capire la natura del terreno (sabbia, asfalto, pavimentazione, prato, ecc);
- Riconoscere la natura dei rivestimenti e i loro potenziali contrasti quando sono sufficientemente marcati. Ad esempio, le linee di segnalazione di sicurezza informano di un pericolo e sono un aiuto prezioso nello spostamento a monte dei passaggi pedonali, sul bordo delle banchine o in cima alle scale. Il pavimento interno liscio può contrastare con i terreni accidentati esterni;
- Misurare la pendenza del terreno per prendere una direzione (salire, scendere).

Con la mano: per controllare un riferimento, prendere un corrimano, ecc.

d) Il senso cinestetico

Il senso cinestesico fornisce informazioni sulla posizione del corpo nello spazio e guida le azioni.

Collega le informazioni provenienti da diverse parti del corpo alle informazioni fornite dall'orecchio interno, il centro dell'equilibrio.

Grazie a questo senso sappiamo - anche ad occhi chiusi - in quale posizione si trovano le ossa e in quale contrazione o allungamento dei muscoli.

Queste informazioni sensoriali sono la condizione necessaria per ottenere gesti adeguati (precisione, velocità, forza, coordinazione, equilibrio).

In movimento, il senso cinestetico permette di:

- Sentire le deviazioni e le curve,
- Implementare il movimento nello spazio nel modo più accurato possibile: in linea retta.

Le persone che si muovono con un cane guida sentono le deviazioni della traiettoria del loro cane attraverso l'imbracatura e, se necessario, possono riprenderlo indietro.

e) Odore

Questo senso afferma l'identificazione di un ingresso, di un luogo, di un'atmosfera (stazione della metropolitana, panificio, giardino pubblico, ecc...). I sapori sono volatili, quindi meno affidabili nell'accuratezza delle informazioni ma possono localizzare e determinare un'area.

Precisione: Si potrebbe credere che lo sviluppo dei sensi compensatori sia naturale per i non vedenti: questo è in parte vero soprattutto per quanto riguarda l'udito e il tatto, ma è necessario, per avere un senso, che essi siano associati ad esperienze di vita quotidiana e quindi devono essere praticati. Imparare ad ascoltare, a localizzare, a differenziare per valutare una distanza, ad esempio, richiede una formazione fin dalla giovane età.

Lo stesso vale per lo sviluppo di tutti i sensi compensatori.

1.1.2 - Elaborazione delle informazioni

I non vedenti raccolgono le informazioni necessarie alla comprensione del mondo che li circonda attraverso i loro sensi.

Poi, attraverso diversi processi cognitivi, queste informazioni assumono senso e diventano utili attraverso analisi, deduzione e rappresentazioni mentali (quando possibile).

Le persone sono quindi in grado di implementare strategie per muoversi, fare attività, fare la scelta di questo o quel tipo di spostamento, più adatto alla situazione che si presenta nel momento o chiedere aiuto se necessario.

Le mappe tattili aiutano la rappresentazione spaziale in modo efficiente e consentono a una persona ipovedente di avere una rappresentazione del percorso.

1.1.3 - Caratteristiche dei non vedenti

a) Concetti corporei

Una profonda menomazione visiva può, in certi momenti (es in caso di stress o emozioni intense) essere accompagnata da instabilità psicomotoria.

In questi casi, i comportamenti più comuni sono l'oscillazione del tronco, i movimenti della testa, delle braccia o delle mani, le contorsioni del viso, così come le pressioni sulle palpebre.

Incapace di osservare gli altri, la persona con disabilità visiva non è consapevole dell'inadeguatezza delle sue posture, spesso considerate devianti dai vedenti.

b) La nozione di tempo

Ogni azione richiederà molto più tempo per una persona con disabilità visiva che per una persona vedente.

L'80% delle informazioni esterne è percepito dall'occhio ed elaborato dal cervello. Così, quando si entra in una stanza, in pochi secondi e senza nemmeno rendersene conto, si ha una rappresentazione, un'immagine molto accurata di dove ci si trova. Si conoscono le dimensioni della stanza, il suo stile, si identificano le porte, le finestre, i mobili, le decorazioni, ecc....

Senza vedere, percepire le informazioni per arrivare allo stesso livello di conoscenza richiederà molto più tempo, concentrazione e lavoro analitico.

Un altro esempio: realizzare un'analisi uditiva prima di attraversare per conoscere l'incrocio da attraversare, la fonte dell'eventuale pericolo ed i suoi segnali può richiedere diversi minuti, mentre invece guardare a sinistra e destra prima di attraversare sarà sufficiente per una persona vedente.

1.2 CECITÀ PARZIALE

L'ipovisione non è una malattia, ma la conseguenza di varie patologie che possono colpire la visione centrale, quella periferica o entrambe.

Una persona ipovedente è una persona la cui menomazione visiva comporta l'incapacità di eseguire una o più delle seguenti attività:

- Lettura e scrittura (visione da vicino);
- Attività quotidiane (visione a breve o media distanza);
- Comunicazione (visione da vicino e media distanza);
- Valutazione dello spazio e del movimento (visione da lontano);
- Persecuzione di un'attività che richiede il mantenimento dell'attenzione visiva.

Definizione di ipovisione, secondo l'European Blind Union, Atene, novembre 2003:

"La persona ipovedente non appartiene al mondo della cecità; non incontra le stesse difficoltà".

1.2.1 - I quattro principali tipi di ipovisione

a) Danni alla visione centrale

Una compromissione della parte centrale della retina si traduce in una significativa riduzione dell'acuità visiva. La perdita o l'alterazione della vista in questa zona, a livello del punto di fissaggio, può essere più o meno estesa. Il movimento dell'occhio non rimuove il gene. Le persone con questo tipo di danno sono in situazione di disabilità nella visione a breve distanza e nelle attività che richiedono un controllo visivo preciso: ad esempio lettura, scrittura.

La percezione dello spazio, delle grandi forme e degli spostamenti viene mantenuta e il movimento è possibile. Tuttavia, essi sono più lenti in luoghi affollati.

La menomazione della vista centrale richiede l'uso di mezzi di ingrandimento, più vicini a ciò che si guarda e, talvolta, per sfalsarne l'aspetto rispetto a ciò che si vuole vedere. Questo problema riguarda molte persone anziane (Degenerazione Maculare legata all'età) e sconvolge notevolmente le loro capacità.

b) Danni alla visione periferica

Il danneggiamento della visione periferica implica una riduzione del campo visivo. L'acuità visiva è normale, ma solo l'area fissa è visibile. Spostare gli occhi porta a perdere ciò che era stato notato in precedenza. La disabilità derivante da questo danno è molto disabilitante e difficile da capire da parte degli altri. Infatti, la lettura è possibile se i caratteri sono abbastanza piccoli per essere inclusi nel restante campo visivo: un poster cinematografico, una mappa della città o i titoli di un giornale sono più difficili da leggere di un biglietto da visita, un'etichetta di un prodotto alimentare o una pagina dell'elenco telefonico. Espandere una scrittura è quindi anche difficile.

L'uso della visione centrale richiede un'illuminazione sufficiente. Muoversi è difficile, o addirittura impossibile, e di fatto questo limita l'autonomia:

- La riduzione del campo visivo non permette di avere una visione globale immediata e di dare dall'ambiente solo elementi successivi da combinare mentalmente per avere un senso;
- Nell'oscurità, al crepuscolo o durante cambiamenti improvvisi o progressivi delle condizioni di luminosità (corridoi non illuminati, zone fortemente ombreggiate) le difficoltà sono notevoli;
- Il movimento può avere successo ma la visione centrale richiede fissazione, inseguimento visivo e coordinazione degli occhi, dalla testa e dal corpo. Tuttavia, il VIP dovrebbe essere in grado di localizzare visivamente il movimento di oggetti e veicoli.

Una visione tubolare richiede l'uso di mezzi di assistenza per muoversi, è bene allontanarsi da ciò che si vuole vedere e disporre di un'illuminazione sufficiente. Rendere un testo più grande può complicare la lettura.

c) Visione offuscata

Questo tipo di visione è simile a quella che si vede attraverso un vetro smerigliato. La luce è diffusa, le forme e i contorni sono imprecisi, le distanze e i rilievi sono difficili da cogliere, i contrasti e i colori sono attenuati.

Un ambiente piatto, opaco e confuso perde la sua attrazione e la voglia di guardare, di muoversi o di leggere diventa l'unica preoccupazione.

La luce diventa rapidamente scomoda o addirittura accecante: la fotofobia (tolleranza alla luce inferiore al normale) è associata ad una visione offuscata. L'abbagliamento (riflessi, sole, fari di automobili) provoca reazioni di evitamento e disagio fisico.

La visione offuscata richiede l'uso di mezzi di assistenza al movimento e di essere più vicini a ciò che vogliamo vedere. Imparare il Braille può essere raccomandato in alcuni casi.

d) Danno neuro-visivo

A causa della complessità dei meccanismi di immissione ed elaborazione delle informazioni visive, molte forme di deficit visivo che non derivano da un danno oculare si trovano a livello delle aree visive o dei centri corticali responsabili della visione.

Cecità corticale ed emianopia: La lesione è dovuta ad un'amputazione del campo visivo, per cui la localizzazione e l'estensione dipende dal danno. La perdita della vista può essere totale (cecità corticale) o parziale (emianopia) e la persona non è in grado di trattare le informazioni che si trovano nella parte del campo visivo danneggiato.

Agnosia visiva: A causa del danno corticale, e nonostante il sistema oculare funzioni correttamente, la persona non è in grado di identificare o riconoscere ciò che vede. Gli altri sensi saranno necessari per identificare l'oggetto visto o chiamato.

Incuria spaziale: Con questo tipo di danno, la persona è totalmente all'oscuro dello spazio che la circonda, a destra o a sinistra. Pertanto, può ombreggiare un lato, leggere solo le pagine a destra, rappresentare solo il disegno a metà, mangiare solo ciò che si trova nella metà sinistra del suo piatto, portare il trucco solo su un lato del viso.

1.2.2 - Fenomeni associati all'ipovisione

a) Strabismo

Può essere convergente, divergente o verticale. Questa mancanza di parallelismo degli occhi può essere presente alla nascita o apparire solo dopo poche settimane o pochi mesi. Uno strabismo nel bambino piccolo deve essere trattato non appena compare. Infatti, che sia importante o leggero, lo strabismo installa molto rapidamente un occhio "più forte" la cui visione si svilupperà normalmente e un occhio "pigro" deviato, la cui funzione visiva sarà interrotta, impedendo così lo sviluppo della visione binoculare. Se lo strabismo dura a lungo, l'ambliopia - o la visione debole dell'occhio - ha il tempo di depositarsi e il fatto di portare gli occhiali, o persino un cura adeguata, possono non può ridurlo.

b) Nistagmo

Si tratta di movimenti ritmici degli occhi, involontari e incontrollati, il più delle volte orizzontali, o a volte verticali o rotanti in cerchio. Durante una saccade, l'acuità visiva è scarsa e la percezione visiva (in relazione al cervello) è repressa, e quindi un lato invalidante del nistagmo. L'ansia e lo sforzo visivo (fissazione e attenzione) aumentano questo fenomeno e ne amplificano gli effetti. Ci può essere una zona neutra dove il nistagmo rallenta o si ferma per l'inversione. L'acuità visiva è migliore in quest'area. La ricerca di questa posizione di blocco del nistagmo ha indotto posture specifiche (la testa girata su un lato e guardare in un

angolo, per esempio) non dovrebbe essere turbata. Il trattamento è difficile, ma può essere chirurgicamente possibile quando esiste una posizione di blocco. Conseguenze del nistagmo:

- Visione offuscata ed efficienza variabile;
- Difficoltà a mantenere la fissazione;
- Fatica.

c) Fotofobia

Un'eccessiva intolleranza alla luce e all'abbagliamento possono causare un'impressione spiacevole e a volte anche dolorosa. Ciò si manifesta con ripetuti lampeggiamenti delle palpebre, una sensazione di abbagliamento e occhi acquosi. Provoca reazioni di evitare la luce.

d) Anomalie nella visione dei colori

Possono essere parziali o totali.

- Discromatopsia: cecità ad un colore o cattiva percezione delle sfumature;
- Acromatopsia: non viene percepito alcun colore. Solo le differenze di intensità lo sono.

Conseguenze:

- Incapacità di percepire parametri di riferimento che sono colorati;
- Alcune professioni non possono essere considerate.

1.2.3 - Orientamento e mobilità delle persone con disabilità visiva

La grande differenza con i non vedenti è naturalmente la capacità visiva esistente che la persona ipovedente sarà in grado di utilizzare per comprendere il mondo che lo circonda.

Anche le abilità visive molto deboli faciliteranno il movimento.

Per la persona ipovedente, sarà importante integrare le informazioni visive, parziali o addirittura incomplete a disposizione, per combinarle con elementi di altri sensi al fine di ottenere rappresentazioni mentali il più accurate possibile.

A seconda della capacità della persona di gestire al meglio le proprie capacità visive, le difficoltà di movimento possono essere importanti e il soggetto disabile visivo può aver bisogno di allenarsi nell'uso di un lungo bastone di protezione permanente o in alcune situazioni particolari: ad esempio di notte, al contrario per l'alta luminosità, in una situazione di folla o in ambienti particolarmente pericolosi.

Alcuni dei VIP e spesso gli anziani usano una canna per segnalare ad altri la propria condizione: ciò ha la funzione di avvertire gli altri (pedoni, conducenti) e di attirare la loro attenzione. Le persone anziane saranno dotate di un bastone bianco di sostegno per un supporto all'equilibrio e all'informazione.

Spesso le persone ipovedenti hanno difficoltà a farsi capire:

- La persona ha una canna, ma guarda in una vetrina - questo causa incomprensione dei pedoni, alcuni potrebbero credere che il VIP stia fingendo!
- Sembra strano trasformarsi in una strada e improvvisamente piegare il suo bastone e continuare il suo percorso per chi non ha visto che la strada è andato dal sole all'ombra;

- L'accesso alle informazioni di molto spesso è difficile e i VIP possono avere bisogno di assistenza quando non dispongono del bastone e quindi non sono identificati come persone ipovedenti; questo a volte provoca delle reazioni negative da parte degli altri.

1.2.4 - Elaborazione delle informazioni

A parte le informazioni catturate dagli occhi, come abbiamo appena notato, troviamo poi le stesse modalità di assunzione di informazioni:

- L'udito che permette di compensare la visione da lontano in anticipo, per esempio: Sento l'autobus prima di vederlo, così posso prepararmi fisicamente per salire.
- Tocco indiretto perché alcune persone ipovedenti hanno bisogno di usare un bastone lungo per proteggersi.
- Tocco diretto al piede o alla mano
- Il senso cinestesico
- Odore.

1.3 RISORSE NECESSARIE PER MOVIMENTI INDIPENDENTI

1.3.1 - A livello fisico

Per avere una buona conoscenza del proprio corpo (immagine corporea) e saperla utilizzare al meglio (tono, ritmo), lo sviluppo del senso motorio è necessario per potersi muovere agevolmente e per:

- utilizzare il potenziale sensoriale;
- imparare ad usare, in caso di bisogno, della canna lunga di rilevamento e degli ausili elettronici ad essa associati;
- trovare le proprie cose ed essere situati nello spazio: fare un movimento in linea retta, aggirare un ostacolo e poi riprendere la direzione, essere in posizione parallela o perpendicolare ad una strada, ecc.

Se ci sono difficoltà, i concetti e i prerequisiti relativi al corpo devono essere elaborati con i terapeuti occupazionali e questo dovrebbe iniziare dall'infanzia.

1.3.2 - A livello cerebrale:

Verranno mobilitate diverse capacità durante il movimento:

- Memoria: Visivo o cinestesico.
- Capacità di analisi e deduzione da eseguire in ogni momento.
- Capacità di rappresentazione mentale dello spazio, a volte molto difficile o impossibile da realizzare.
- Capacità di realizzare compiti doppi o addirittura tripli come ascoltare il traffico, camminare dritto ed essere attenti al tocco del bastone.
- Capacità di adattamento alle situazioni: gestire le situazioni inaspettate.

1.4 NOZIONI DI AUTONOMIA

Possiamo definire l'autonomia di movimento come la capacità di muoversi da soli senza essere in pericolo e nel massimo comfort e fluidità. Abbiamo preso atto di ciò che questo significa in termini di capacità e apprendimento specifico.

Ogni persona con disabilità visiva sperimenta questa nozione di autonomia in modo soggettivo ed è impossibile generalizzare a questo proposito. I livelli di autonomia delle persone con menomazioni della vista sono molto variabili perché da essi dipendono:

- Motivazione, desiderio, obiettivi;
- Risorse personali;
- Età;
- Esigenze individuali;
- Il momento in cui il deficit visivo si è verificato nella vita;
- Il grado di "vivere con" menomazione visiva;
- La presenza o meno di disabilità associate;
- L'accessibilità dell'ambiente.

1.5 CONOSCENZE DI BASE SULL'ACCESSIBILITÀ

Secondo Wikipedia, l'accessibilità si riferisce alla progettazione di prodotti, dispositivi, servizi o ambienti per persone con disabilità. Il concetto di progettazione accessibile e la pratica dello sviluppo accessibile assicurano sia l'"accesso diretto" (ad es. non assistito) che l'"accesso indiretto", ossia la compatibilità con la tecnologia assistiva di una persona (ad esempio, lettori di schermi di computer).

L'accessibilità può essere vista come la "capacità di accesso" e di trarre vantaggio da qualche sistema o entità. Il concetto si riferisce alla possibilità di accesso per le persone con disabilità, o con esigenze speciali, o all'accesso attraverso l'uso di tecnologie assistive; tuttavia, la ricerca e lo sviluppo in materia di accessibilità porta benefici a tutti.

L'accessibilità non deve essere confusa con l'usabilità, che è la misura in cui un prodotto (come un dispositivo, un servizio o un ambiente) può essere utilizzato da utenti specifici per raggiungere obiettivi specifici con efficacia, efficienza e soddisfazione in un determinato contesto di utilizzo.

L'accessibilità è fortemente correlata al design universale che è il processo di creazione di ambienti e/o prodotti utilizzabili da persone con la più ampia gamma possibile di abilità, che operano nella più vasta area di situazioni possibili. Si tratta di rendere le cose accessibili a tutte le persone (con o senza disabilità).

1.5.1 - Il quadro legislativo

Il quadro legislativo europeo

Il trattato sul funzionamento dell'Unione europea (TFUE) impone all'UE la lotta contro ogni forma di discriminazione basata sulla disabilità nella definizione e nell'attuazione delle sue politiche e azioni (articolo 10) e conferisce all'UE il potere di legiferare per combattere ogni forma di discriminazione (articolo 19).

L'obiettivo generale è quello di consentire alle persone con disabilità di esercitare tutti i loro diritti e di trarre pieno vantaggio dalla loro partecipazione alla società e all'economia europea.

Il quadro legislativo nazionale

La parte riguardante le normative nazionali varia da paese a paese.

5.2.2 - Difficoltà incontrate da una persona con disabilità visiva nel muoversi

a) Per i non vedenti

Fuori:

- Ostacoli fastidiosi o pericolosi: certi ostacoli sono troppo bassi. La canna probabilmente andrà sopra senza toccarla, e per la persona c'è il rischio di cadere.
- Ostacoli sulla strada: più ostacoli ci sono sulla strada, più difficile è il movimento. Gli ostacoli nelle città sono molti e a volte pericolosi (cassette postali, lampioni, bidoni, panchine, panchine, ecc.).
- Rilevamento dei diversi rilievi, differenza di livello, gradini: le scale e i gradini isolati possono essere pericolosi se non attrezzati.
- Comprensione dell'ambiente: capire l'ambiente in grandi spazi senza punti di riferimento è molto difficile. Così, l'orientamento da un punto all'altro risulta complicato e la camminata dritta diventa impossibile.
- Analisi dell'udito e attraversamento di strade: più complessa è l'intersezione, più difficile è l'analisi delle informazioni. Ciò richiede ausili tecnici come i radiofari acustici per facilitare l'atto di attraversamento.
- Utilizzare i trasporti pubblici: è difficile sapere quale autobus dobbiamo prendere, dove posizionarci, dove fare la convalida del biglietto, dove sedersi e sapere come uscire.
- Gestione di situazioni impreviste (auto, auto parcheggiate male, pozzanghere d'acqua): a volte, camminare sul marciapiede è impossibile. Il cieco deve aggirare l'ostacolo e in questo caso deve andare sulla strada.
- Ostacoli superiori: gli ostacoli superiori (rami, cartelli, insegne, tende, ecc.) non sono rilevabili con la canna bianca.

Dentro:

- Ostacoli nel percorso: trovare la strada tra gli ostacoli è difficile.

b) Per le persone ipovedenti, difficoltà legate all'ipovisione

Fuori:

- Accesso alle informazioni (cartelli, numeri di autobus...): spesso è difficile per gli ipovedenti rilevare il numero di autobus o avere un accesso visivo agli orari degli autobus.
- Costruzioni urbane senza contrasti: in questi casi di ton sur ton, gli ostacoli sono difficili da distinguere rispetto allo sfondo.
- Mancanza di illuminazione di notte.
- Trappola visiva: specchi, porte finestre, zone riflettenti.

Dentro:

- Segnali: la lettura è difficile, ci sono troppe informazioni sulla stessa tavola e la ricerca delle informazioni è disturbata dal numero di colori.
- Scale: è difficile individuare i gradini e i corrimano dello stesso colore (grigio). La luce rafforza la difficoltà di rilevare l'ambiente.
- Trappole visive, ad esempio finestre e vetri molto grandi.

Come rendere l'ambiente accessibile per superare queste difficoltà.

a) Per i non vedenti

- Il percorso deve essere facile e sicuro, con rivestimenti di qualità (terreno liscio) e assenza di ostacoli pericolosi.
- Assistenza all'identificazione tattile (rilevamento delle canne) con rivestimenti differenziati al tatto.
- Strisce tattili per attraversamenti e per scale.
- Strisce di guida.
- Scale: per informare su una scala ravvicinata, si raccomanda di predisporre linee di avvertimento di sicurezza prima del primo gradino. Per migliorare il contrasto, la parte anteriore del primo e dell'ultimo gradino dovrebbe essere di un altro colore.

Un aiuto per l'orientamento con:

- Sistema di guida : passivo (muri, siepi) e attivo (fontane, segnalatori acustici).

Un aiuto per la comprensione degli spazi con:

- Informazioni tattili (braille), informazioni uditive (sistemi audio), piante e immagini tattili.
- Trascrizioni in Braille.

b) Per gli ipovedenti

Un aiuto per il monitoraggio visivo:

- Per dare contrasti tra i colori: distinzione tra strada e percorso pedonale, segnaletica stradale (dislivello, gradini isolati), arredo urbano a contrasto.

Un aiuto per la comprensione degli spazi con:

- Consentire l'accesso alle informazioni tramite appositi cartelli che tengano conto dell'area di avvicinamento (lettura da vicino o da lontano), dei contrasti di colore, delle dimensioni e dello spessore delle lettere, dell'altezza di posizionamento dei pittogrammi, dell'illuminazione, della luminosità e degli ausili ottici utilizzati.

Esempi di sviluppo che facilitano lo spostamento all'interno e all'esterno:

- Percorsi domestici
- Percorsi esterni
- Percorsi esterni
- Scale

- Trasmettitori audio: i segnalatori acustici vengono attivati da persone ipovedenti grazie ad un box e permettono alle persone di orientarsi, di ottenere informazioni quando i luoghi sono attrezzati.

Esempi di elementi che evitano il pericolo:

- La creazione di una barriera è rilevabile dalla canna e permette di aggirare il pericolo.

Esempi di miglioramento dei contrasti:

- Striscia di guida con contrasto
- Interruttore con contrasti

1.6 CONCLUSIONE

È davvero difficile per i vedenti immaginare la vita di una persona con disabilità visiva.

Questi primi elementi di conoscenza aumentano la consapevolezza delle difficoltà delle persone con disabilità visiva.

La compensazione multisensoriale è essenziale

e da accesso alla comprensione del mondo circostante. Nel campo dell'orientamento e della mobilità, i pericoli della strada devono essere analizzati e gestiti da persone con disabilità visiva per potersi muovere in totale sicurezza.

Il mondo in cui ci muoviamo è molto visivo, e anche se l'accessibilità è ottimale, le persone con disabilità visiva avranno bisogno di essere guidate e supportate in molte situazioni di vita quotidiana.

La seconda parte del corso vi darà l'opportunità di intraprendere ulteriori azioni, con la finalità di aiutare le persone nella vita quotidiana.

Questa parte è composta da video di situazioni di vita reale. Ogni parte è composta da 2 video, uno che mostra comportamenti inappropriati e l'altro che mostra comportamenti appropriati.

L'obiettivo è quello di avere una migliore comprensione di come possiamo aiutare una persona con disabilità visiva se e quando ne ha bisogno.

PRIMA DI PROCEDERE CON QUESTO SECONDO PASSO È BENE COMPILARE IL TEST DI CONOSCENZA PER FARE UNA VALUTAZIONE DELLE VOSTRE CONOSCENZE DOPO QUESTO CORSO TEORICO.

PARTE 2 – BUONE PRATICHE

L'obiettivo di questa fase del corso è quello di mostrare 5 situazioni di vita quotidiana partendo ogni volta da un primo video che mostra comportamenti non appropriati e poi un secondo video che mostra comportamenti appropriati.

Ogni esempio terminerà con un suggerimento su una buona pratica.

Questi filmati permettono una migliore comprensione dei comportamenti adeguati per aiutare un non vedente a muoversi.

Questi atteggiamenti, per diventare abitudini, hanno bisogno di esercizio e pratiche.

Devono essere adattati alla persona: Bambino/adulto/anziano, alle sue capacità visive, al suo modo di muoversi (con bastone o cane guida).

SITUAZIONE N.1: UFFICIO

Video n° 1: l'ambiente è stato modificato - Gli oggetti del giorno sono stati spostati, il che significa: spreco di tempo e di efficienza e questo crea molta irritazione.

<https://vimeo.com/246084230>

Video n° 2: Una persona ipovedente arriva in ufficio. Va all'appendiabiti, poi alla sua sedia, prende il telefono per raggiungere la sua segretaria.

<https://vimeo.com/246093191>

#1 BUONA PRATICA! L'ambiente di una persona ipovedente deve essere stabile, in ogni caso, è importante pensare di informare la persona sui cambiamenti per evitare sorprese o pericoli (ostacoli a terra, a livello della testa, ecc.).

SITUAZIONE N.2: CON IL CANE GUIDA

Video n° 1: un pedone vede un cieco con il suo cane guida, vuole accarezzarlo senza alcuna attenzione al cieco.

<https://vimeo.com/246084194>

Video n° 2: Un pedone vede un cieco con il suo cane guida: parla prima con la persona e chiede se può accarezzare il cane. Il non vedente dice che il cane sta lavorando e questo è meglio non disturbarlo.

<https://vimeo.com/246084181>

#2 BUONA PRATICA! Quando vediamo un cieco con il suo cane guida:

- Parlare prima con la persona;
- Se il cane ha una cintura, significa che sta lavorando e che non dobbiamo accarezzarlo per non disturbarlo (anche steso);
- Se il cane è tenuto su una lisciviazione, è possibile accarezzarlo.

SITUAZIONE N.3: ALLA TOILETTE

Video n° 1: Una persona non vedente arriva dalla sala d'attesa e chiede alla receptionist di indicare i servizi igienici. La receptionist fornisce informazioni ma queste non sono sufficienti e adeguate.

<https://vimeo.com/246094525>

Video n° 2: la receptionist guida fisicamente il non vedente, propone il braccio e gli chiede di cosa ha bisogno prima di indicare con precisione.

<https://vimeo.com/246098823>

#3 BUONA PRATICA! Per guidare un non vedente in un luogo che non conosce:

- Indicare il percorso verbalmente, in modo chiaro e preciso (esercizio complesso che richiede pratiche);
- Sostenere fisicamente la persona fino al luogo desiderato, e poi indicare verbalmente ciò di cui ha bisogno in base alla situazione attuale.
- Informatelo in caso di pericolo: ad esempio, scaffali in posizione verticale
- Non usare termini di persone vedenti: "è qui", "è laggiù", "è laggiù", ecc.
- Indicare i punti di riferimento spaziali della persona

Esempio:

- "La porta è davanti a te (lunghezza del braccio); il lavabo è a destra all'altezza dei fianchi; hai una scatola per il sapone; devi spingere, tirare o sollevare.....", ecc.
- È possibile utilizzare anche l'orologio. Esempio: "La porta è alle 12.00, e il lavabo alle 3.00". (se il non vedente utilizza questo sistema)
- Utilizzare il suono per localizzare gli elementi: il suono della porta, il lavabo, il cestino, ecc.
- Per essere sicuri che la persona abbia capito bene prima di partire.
- E informa che te ne vai!

SITUAZIONE N.4: IN STRADA

Video n° 1: Un cieco è in attesa di un incrocio, un pedone arriva, non dire nulla e viene con lui ad attraversare la strada, mentre il cieco non ha chiesto nulla.

<https://vimeo.com/246084219>

Video n° 2: il pedone chiede al non vedente se vuole attraversare. Questa persona non vuole attraversare, vuole solo rimanere in questo posto in attesa di qualcuno.

<https://vimeo.com/246093181>

#4 BUONA PRATICA! Prima di fare qualcosa, è necessario chiedere alla persona di sapere esattamente di cosa ha bisogno.

SITUAZIONE N.5: TECNICHE DI GUIDA

Video n° 1: un non vedente chiede informazioni ad un pedone, e questo lo sostiene con insicurezza, si trova dietro il non vedente e tiene il braccio.

<https://vimeo.com/246084211>

Video n° 2: il cieco tiene il gomito della guida, possiamo vedere la sosta per le scale o i gradini, la stretta via per aggirare gli ostacoli, e come sedersi su una panchina, ecc.

<https://vimeo.com/246084202>

Qui puoi vedere una tecnica di guida completa, in francese e inglese: <http://technique-guide.ideance.net>.

CONCLUSIONE

Questi filmati permettono una migliore comprensione dei comportamenti adatti ad aiutare il non vedente a muoversi.

Questi atteggiamenti, per diventare abitudini, hanno bisogno di esercizio fisico e pratiche.

Devono essere adattati alla persona: Bambino/adulto/anziano, alle sue capacità visive, al suo modo di muoversi (cane o cane).

PARTE 3 – FORMAZIONE FACCIA A FACCIA

Durata: 7 mesi

Formatori: professionisti in orientamento e mobilità (istruttori certificati).

È possibile registrarsi presso:

France	Institut Montclair 51 rue du Vallon 49000 Angers France philippe.belseur@mfam49-53.fr
Portugal	Fundação Raquel e Martin Sain R Joao Saraiva, 11 1700-248 Lisboa Portugal verarapagao.frms@gmail.com
Iceland	NIB Hamrahlid 17 105 Reykjavik Iceland gudbjorg@midstod.is
Germany	BFW Dueren Karl-Arnold Strasse 132-134 52349 Düren Germany huellen@bfw-dueren.de
Spain	ASPAYM C/ Severo Ochoa 33 Las Piedras 47130 Simancas Valladolid Spain jaime.finat@cidif.es
Italy	Rittmeyer 119 Villa Miramare 34136 Trieste Italy rittmeyer@istitutorittmeyer.it

Obiettivi:

Essere in grado di apprendere tecniche di formazione che rispondano alle esigenze delle persone con disabilità visiva.

Con pratiche di situazioni di vita quotidiana:

- gioco di ruolo
- pensando a una situazione e mettendola in gioco:

- In un negozio, un ufficio, un centro medico, una chiesa, un municipio, una scuola, per accompagnare una persona ai servizi igienici, in macchina.
- Con un bambino, un adolescente, un adulto, una persona anziana, con un cane guida.
- E poi per fare un resoconto della situazione

Attività che si possono sviluppare:

1. Essere guidati fisicamente per andare da un punto ad un altro, per trovare un posto libero, per entrare in auto, ecc. (Apprendimento delle tecniche di guida in duo).
2. Essere guidati verbalmente per trovare il proprio orientamento e guidare se stessi in un luogo (imparare a spiegare un viaggio, lavorare in duo).
3. Capire il luogo in cui si trova la persona - tecnica di scoperta di una stanza (lavoro in duo).

V. GLOSSARIO

Relativamente alla cecità:

Ecolocazione: è un modo di muoversi usando l'eco, simile ai delfini e ai pipistrelli. La persona fa un "click" sbattendo la lingua contro il palato, o usando il suo bastone. In questo caso si produce un suono molto secco, più o meno potente a seconda dell'ambiente. L'ecolocazione umana può identificare barriere e punti di riferimento, per riconoscere un luogo da diverse angolazioni, da 0 a diverse decine di metri.

Mobilità :è la capacità di muoversi agevolmente, comodo e sicuro. Richiede una consapevolezza cinestetica dei movimenti del corpo in una situazione dinamica e l'uso di tecniche per rilevare le caratteristiche dell'ambiente. La mobilità dipenderà dalla capacità dell'individuo di coordinare le proprie azioni con l'ambiente.

Orientamento: si riferisce alla capacità della persona di mantenere la consapevolezza della sua posizione nello spazio in qualsiasi momento, cioè di sapere dove si trova, dove vuole andare e come arrivarci. Questo processo si ottiene solitamente attraverso l'uso di punti sensoriali e la rappresentazione mentale di un luogo. In assenza di visione, il processo di orientamento sarà quello di raccogliere e interpretare tutte le informazioni disponibili e appropriate attraverso il senso uditivo, tattile, cinestetico, olfattivo e termico, al fine di realizzare i punti necessari per la navigazione.

VI. ESERCIZI DI AUTO VALUTAZIONE

TEST DI VALUTAZIONE PER LA PARTE 1

Domanda 1:

Una persona è ipovedente se:

- Non vede nulla (cieco)
- Vede parzialmente (ipovedenti)
- è cieca, o vede parzialmente

Domanda 2:

Nel movimento, il senso che è il più utilizzato per compensare la mancanza di visione è il tatto.

- Sì
- No

Domanda 3:

Il senso delle masse è:

- la capacità di sentire un ostacolo alla distanza
- la capacità di rilevare una forma dopo averla toccata

Domanda 4:

Il bastone bianco è usato solo da persone non vedenti:

- vero
- falso

Domanda 5:

Il bastone bianco è utile per (diverse risposte possibili):

- orientamento nello spazio
- protezione dagli ostacoli
- raccolta di informazioni tattili e uditive
- riconoscimento da parte dei vedenti

Domanda 6:

Qual è l'utilità delle linee di avvertimento di sicurezza?

- Per avvertire di un pericolo
- Per seguire un sentiero a terra

Domanda 7:

Un danno visivo centrale impedisce di vedere i dettagli, riconoscere un volto, leggere un testo, ecc.

- vero
- falso

Domanda 8:

Una persona ipovedente può trovarsi in grosse difficoltà:

- Se è abbagliata (sole, luce): Sì No
- Se si trova in mezzo alla folla: Sì No
- Se si trova in un ambiente rumoroso: Sì No
- Se è molto arrabbiata: Sì No

Domanda 9:

Un cieco può trovarsi in grosse difficoltà:

- Se gli parliamo costantemente: Sì No
- Se abbiamo cambiato il suo ambiente senza dirglielo: Sì No
- Se ce ne andiamo senza dirglielo: Sì No
- In un ambiente molto rumoroso: Sì No
- Se facciamo molti gesti: Sì No

Domanda 10:

Un non vedente ha sempre bisogno di essere aiutato a muoversi.

- vero
- falso

Domanda 11:

Rendere l'ambiente accessibile rende più facile l'autonomia delle persone con disabilità visiva:

- vero
- falso

Domanda 12:

Tra questi elementi, quali sono quelli che facilitano lo spostamento delle persone con disabilità visiva?
(diverse risposte possibili)

- Strisce di guida in grandi spazi
- Fari acustici
- Aree comuni (pedoni, biciclette, tram)
- Strade acciottolate
- Segnaletica appropriata
- Traduzioni in lingua dei segni
- Persone consapevoli della disabilità visiva

VII. APPENDICE

- Idea
- Esercizio
- Letture raccomandate
- Internet
- Informazioni
- Sommario
- Domande
- Video
- Consigli importanti da ricordare
- Ricerca
- Podcast.

Questo documento è stato sviluppato per

Erasmus+ KA2 Strategic Partnership Agreement n° 2016-1-ES01-KA202-025275

PROGETTO SENSNET

Il suo utilizzo è il risultato della sinergia e dell'accordo tra i due progetti!