



Iako **svaka peta** osoba ima neku vrstu invaliditeta, ljudi su obično zbunjeni u susretu s njima. Nedovoljna upućenost u njihove potrebe i mogućnosti, nepoznavanje načina pružanja pomoći, te **predrasude** ili strah od susreta s nepoznatim, sputavaju ljude da slobodno komuniciraju i nude pomoć. Sa željom da olakšamo svakodnevni život osoba s invaliditetom i da potaknemo ljude na kontakte bez straha, sročeni su ovi savjeti.

1. Prepoznate li potrebu za pružanjem pomoći osobi sa invaliditetom, **pitajte** ju kako joj najbolje možete pomoći.
2. Prigodom upoznavanja ne izbjegavajte rukovanje s osobom koja ima umjetnu ili amputiranu ruku. **Rukujte se** naprimjer lijevom rukom ili dodirom, onako kako to najbolje odgovara osobi s invaliditetom.
3. Obraćajte se **neposredno** osobi s invaliditetom, a ne roditelju, partneru, pratitelju ili prevoditelju.
4. **Razgovarajte normalno**, služeći se svakodnevnim izrazima poput: "Vidimo se", "Pozdravljam, trčim dalje", "Čujemo se" - bez obzira na to o kakvom se invaliditetu radi kod osobe s kojom razgovarate. Nemojte se bojati krivih riječi.
5. Ako s osobom u invalidskim kolicima razgovarate dulje vrijeme, nastojte **sjesti** kako biste se gledali u oči.
6. Usredotočite se na osobu koja ima neki poremećaj govora. Ako niste razumjeli što je rekla, zamolite ju da ponovi. **Nemojte glumiti** da razumijete.
7. **Govorite polako** i direktno prema osobi oštećena sluha. Ne vičite, ne govorite joj u uho. Vaši izrazi lica i pokreti usnama pomažu joj da razumije. Ako ipak niste sigurni da vas je razumjela - **napišite poruku**.
8. Pozdravljajući slijepu ili slabovidnu osobu **kažite svoje ime**. Ako nudite pomoć u hodaњу, ponudite joj da se osloni na Vašu ruku.
9. Gluhoslijepe osobe vas mogu razumjeti jedino **dodirom**. Ako se nađete u situaciji da komunicirate s takvom osobom, uspostavite kontakt ispisivanjem velikih tiskanih slova na njenom dlanu.
10. **Osobna pitanja** o invaliditetu ili njegovim uzrocima nemojte postavljati osobi s invaliditetom ako s njom niste bliski.
11. **Budite strpljivi**, osobama s invaliditetom može trebati više vremena da nešto učine.
12. **Ne hvalite** pretjerano osobu s invaliditetom zbog obavljanja normalnih životnih zadaća.
13. Čekajući u redu **ustupite svoje mjesto** ili se zauzmite za to da teško pokretna osoba

odmah dođe na red.

14. Prilikom vožnje u javnim prijevoznim sredstvima **ponudite svoje sjedalo** osobama s invaliditetom. Pomozite im pri ulasku i izlasku iz autobusa, tramvaja, aviona.

15. Pomagala (štake, štap, kolica) osobe s invaliditetom dirajte samo ako ste za to bili zamoljeni. **Ne naslanjajte se** na invalidska kolica, ona su dio osobnog prostora osobe koja ih koristi.

16. **Nemojte milovati psa** vodiča dok "radi". Pitajte vlasnika za dozvolu.

17. **Poštujte vozače** sa invaliditetom. Kada u prometu susretnete vozilo označeno "invalidskim znakom" povećajte razmak, smanjite brzinu vožnje i povećajte oprez. Uvažite njihovu sporst u obavljanju radnji. Ne parkirajte na mjesta označena "invalidskim znakom".

18. Od vas se ne očekuje da pokazujete sažaljenje prema osobama s invaliditetom. Prema njima se ponašajte kao prema jednakima, jer one to i jesu.

19. Ako želite učiniti više: Kad možete, pridonosite izjednačavanju mogućnosti za građane koji imaju posebne potrebe. Nadamo se da će ovaj bonton biti dobro polazište.

[uik.hr](http://uik.hr)

