



*ONLUS*

*Organizzazione non lucrativa di utilità sociale*

Via Montecerno, 1 - 60027 Osimo (AN)  
telefono 071 72.45.1 - fax 071 71.71.02  
part. iva 01185590427 - cod. fisc. 80003150424  
www.legadelfilodoro.it - e-mail: info@legadelfilodoro .it  
c/c Postale 358606

**Sedi Territoriali di:**

**Milano:**

Piazza Emilia, 5 - 20129 Milano  
telefono/d.t.s. 02 74.34.05 - telefono e fax 02 76.11.11.29  
e-mail: sede.milano@legadelfilodoro.it

**Roma:**

Via Giuliotti, 3 - 00154 Roma  
telefono 06 57.55. 055 - telefono e fax 06 57.55.061  
e-mail: sede.roma@legadelfilodoro.it

**Napoli:**

Viale Augusto, 79 - scala G interno 2 - 80125 Napoli  
telefono 081 23.97.516 - fax 081 61.01.741  
e-mail: sede.napoli@legadelfilodoro.it

**Ruvo di Puglia (BA):**

Via Solferino, 1/B - 70037 Ruvo di Puglia (BA)  
telefono 080 36.01.409 - fax 080 36.02.815  
e-mail: sede.ruvo@legadelfilodoro.it

# Tecniche di guida e ausili per la mobilità





## Tecniche di guida e ausili per la mobilità

Le tecniche di accompagnamento agevolano le molteplici situazioni che comunemente si incontrano durante uno spostamento; inoltre permettono alla persona con minorazione visiva o sordocieca di prestare attenzione a numerosi altri elementi, come:

- avvertire i cambi di direzione e decifrare la forma dei percorsi

attraverso rotazioni del corpo

- mettere in relazione il proprio schema corporeo con quello dell'accompagnatore
- apprendere e rafforzare le capacità di movimento
- automatizzare la lunghezza e la velocità del passo
- riconoscere se il suolo è piano, in salita o in discesa

- valutare la distanza da un punto all'altro ed il tempo necessario per percorrerla
- capire le caratteristiche principali dei diversi ambienti nei quali ci si muove

Man mano che l'utente riesce a cogliere gli indizi sopra elencati, potrà assumere un ruolo sempre più attivo nell'accompagnamento, diventando il soggetto della situazione "guida-utente" e non l'oggetto che viene trasportato o, peggio ancora, spinto in avanti o indietro. Gradualmente potrà proporre variazioni di percorso, scegliere il luogo dove recarsi, trovare una migliore sintonia con l'accompagnatore, decidere quando fermarsi e stabilire il momento di ripartire. Le tecniche devono trasmettere sicurezza: se la persona avverte che non c'è il rischio di urtare contro oggetti e persone o di farsi male,

cammina più rilassata e quindi più aperta alla percezione di tutto ciò che la circonda. Più la coppia "accompagnatore-accompagnato" instaura un rapporto di conoscenza e di fiducia reciproca, più il risultato dell'accompagnamento sarà efficace. È importante che i due stabiliscano modalità comunicative sia verbali sia non, semplici e chiare, evitando così spiacevoli incidenti e risparmiando una notevole fatica. Dovendo accompagnare una persona sordocieca, ricordarsi di:

- non dare indicazioni troppo lunghe o confuse, con una terminologia approssimativa o troppo difficile
- non compiere cambi di direzione o rotazioni facendo curve troppo arrotondate (le forme tonde tendono a disorientare la persona)
- non spingere la persona



in avanti o indietro: ciò provoca instabilità e insicurezza e, a lungo andare, anche un sentimento di sfiducia

## PRINCIPI GENERALI

■ È necessario essere sempre davanti alla persona sordocieca quando si sale o si scende una scala o un mezzo pubblico e quando si passa attraverso una porta: in questo modo la persona è protetta

■ È utile ricordare che, se la persona sordocieca ha residui visivi e/o uditivi, ciò può agevolare lo svolgimento di numerose attività

■ È bene prestare attenzione ad ambienti affollati e caotici. La persona che ha un residuo uditivo potrebbe avere dei problemi per i rumori di fondo. È opportuno quindi esserle vicino offrendole il braccio.

■ È importante sapere

che, per una persona che ha un residuo visivo, può essere difficile passare da un luogo ombroso ad uno ben illuminato e viceversa: è bene anche in questo caso offrirle il braccio.

■ Prima di iniziare ogni tipo di conversazione con una persona sorda, con residuo visivo, è bene mettersi di fronte ad una distanza adeguata e con la luce che proviene di lato o da dietro la persona stessa. Talvolta può essere utile scrivere il messaggio, se si vuol essere sicuri che abbia compreso. Se è presente un residuo uditivo, è meglio parlare normalmente, ponendosi ad una distanza adeguata che tenga anche conto del lato dove è presente il miglior residuo (verificare dove ha la protesi acustica).

■ È difficile per un sordocieco con residuo

visivo percepire ed evitare ostacoli se sono troppo piccoli o non presentano un contrasto di colore rispetto allo sfondo. È bene quindi avvisare della loro presenza.

■ È opportuno prevedere qualche pausa di riposo: prestare attenzione ad ogni cosa, richiede molta concentrazione.

## TECNICHE BASE PER L'ACCOMPAGNAMENTO

### *La presa*

La persona sordocieca prende il braccio della guida sopra il gomito: il pollice si trova all'esterno, le altre dita all'interno del braccio, il gomito è piegato e l'avambraccio è rivolto in avanti. Così, camminando spalla dietro spalla, il sordocieco si trova sempre mezzo passo dietro l'accompagnatore. Invece che sul braccio la presa può essere al di sopra del polso,

nel caso la guida sia molto più alta; sulla spalla, se la guida è più bassa. Per chi utilizza il sistema Malossi la presa migliore è quella "a braccetto", in quanto consente di comunicare mentre si cammina. L'accompagnatore si posizionerà a sinistra o a destra a seconda delle necessità della persona sordocieca.

### *Passaggio stretto*

Succede talvolta che non vi sia abbastanza spazio per camminare l'uno a fianco dell'altro. È opportuno allora fare alcuni passi l'uno dietro l'altro. L'accompagnatore sposterà il proprio braccio-guida dietro la schiena, al centro delle proprie spalle, invitando la persona sordocieca a porsi dietro di lui. Appena superato il passaggio stretto, si riprenderà la posizione iniziale. Se il tratto





stretto è un po' lungo, è opportuno spostare ogni tanto la presa all'altro braccio.

### *Aprire e chiudere porte*

Le porte che si incontrano possono presentare posizioni diverse. Porta a destra: se i cardini sono a destra, la persona sordocieca deve avere la mano destra libera. Porta a sinistra: se i cardini sono a sinistra, la mano libera dovrà essere la sinistra. Quando ci si trova davanti ad una porta, la guida indicherà "porta a destra" o "porta a sinistra" in modo che la persona possa posizionarsi dietro di lei (come in un passaggio stretto), appoggiando la mano libera sulla sua spalla. Così la porta non può rappresentare un ostacolo. L'accompagnatore apre la porta col braccio-guida; in questo modo il sordocieco verificherà dai movimenti del corpo



se essa si apre verso l'interno o l'esterno, troverà successivamente la maniglia e provvederà a chiudere la porta una volta superata.

### *Scale in salita o in discesa*

Ostacoli e dislivelli del terreno possono essere per un non vedente o un sordocieco occasioni di rischio o motivo di paura. Per questo è importante che la guida dia informazioni precise sulla situazione. Nel caso di una scala, bisogna indicare se è in salita o in discesa. Se è fornita di corrimano e la persona desidera utilizzarlo, la guida deve posare il proprio braccio su di esso e farci scivolare sopra la mano del non vedente fino a raggiungere la balaustina. La persona sordocieca camminerà sempre un passo dietro la guida. Bisogna avvicinarsi alle scale ad angolo retto, affinché la persona possa valutare con esattezza la lontananza dell'ostacolo e riuscire

ad avere un appoggio sicuro. È inoltre importante avvisare di eventuali pianerottoli o cambiamenti di direzione. Giunti all'ultimo gradino, bisogna fare una breve sosta per far comprendere che la scala è terminata e che si può proseguire il cammino. In sintesi:

- camminare sempre davanti
- affrontare ogni ostacolo ad angolo retto (scale, gradini, marciapiedi, entrate nei bus)
- fare una breve pausa prima e dopo gli ostacoli

### *Salire e scendere dai mezzi di trasporto*

Per salire in auto, la guida deve aprire la portiera accompagnando una mano della persona sordocieca sul bordo del tetto e l'altra sul bordo superiore della portiera aperta. Una volta saliti, il bastone va introdotto per ultimo e riposto tra la portiera e il sedile, perché non succeda niente in caso di frenata improvvisa. Non è

importante chi chiude la portiera, ma chiarire chi lo farà. Far notare inoltre dove sono le cinture di sicurezza, le maniglie della portiera e i comandi del finestrino. È opportuno comunicare la presenza di altri passeggeri. Per scendere dall'auto, accertarsi ed indicare se vi è spazio sufficiente per aprire completamente la portiera. La persona aprirà la portiera, poi poggerà il bastone quindi i piedi per terra. Mettendo la mano sinistra sul bordo della portiera, potrà uscire senza pericolo. Avvisare sempre chi e quando uno chiude la portiera. Spostarsi in tram, bus o treno non comporta in genere grosse difficoltà. È sufficiente, camminando ancora sempre davanti, indicare dove si trova il corrimano, così che la persona possa salire e



scendere da sola. Se non ci sono posti liberi a sedere, è importante segnalare una maniglia o un appoggio.



### *Prendere posto a sedere*

L'accompagnatore appoggia la mano del braccio-guida sulla spalliera della sedia, dicendo "ecco la sua sedia". La persona sordocieca farà scivolare la propria mano fino ad arrivare alla spalliera; potrà verificare coll'altra che la sedia sia

libera. Se si tratta di sedersi a tavola, la persona, una volta seduta, potrà controllare la sua posizione, tastando con le mani i bordi del tavolo.

## **CONSIGLI PER L'AUTONOMIA E LA PERCEZIONE DELLO SPAZIO**

### *Posizione degli oggetti*

L'ordine è di assoluta importanza. Nell'abitazione

di una persona sordocieca ogni oggetto ha un posto ben definito. Pertanto è necessario riporlo dove è stato preso o avvisare se gli si cambia posto. Quando la guida prende il cappotto o la valigia della persona sordocieca (al ristorante, sul treno) è bene che dica dove li mette, facendo una descrizione precisa. Frasi come "là sopra", "là sotto" hanno poco significato; usare sempre parole che siano riconducibili al corpo della persona, ad esempio "la sua borsa è appoggiata sulla sedia alla sua destra".

Il bastone non deve essere mai allontanato.

### *Traduzione dell'ambiente*

Il 95% delle informazioni sul mondo esterno arriva attraverso la vista e l'udito. Quando entrambi i canali sensoriali sono compromessi, intervengono il tatto, l'olfatto, il gusto. È facile comprendere, però, che

questi sensi vicari non permettono di cogliere le informazioni ambientali in maniera completa. Ciò significa, per es., che una passeggiata al mare al tramonto non può essere apprezzata pienamente dalla persona sordocieca. Tuttavia essa, grazie all'aiuto dell'accompagnatore, potrà cogliere un numero maggiore di informazioni tramite la traduzione dell'ambiente. Fare una buona "traduzione" non significa fare una descrizione lunghissima e dettagliata dell'ambiente esterno; si tratta piuttosto di comunicare al sordocieco gli elementi più importanti e significativi. Ciò presuppone una certa conoscenza della persona che si accompagna ed implica uno sforzo da parte della guida nel cogliere aspetti che a volte non si guardano o ascoltano con attenzione. È essenziale anche in questo caso saper dialogare con la persona sordocieca, allo scopo di

capire il suo interesse alla traduzione che si sta facendo ed usare termini precisi per indicare la posizione di persone o oggetti. Parole come "laggiù" o "qua" non hanno valore per un non vedente.



### *Ausili per la mobilità*

La persona sordocieca deve, in primo luogo, imparare ad usare i suoi sensi residui. Attraverso la percezione visiva, uditiva, tattile, olfattiva e motoria potrà codificare e discriminare lo spazio che la circonda, imparando a gestire le difficoltà che l'ambiente presenta. Alcuni ausili vengono ad integrarsi ai sensi residui che la persona possiede, facilitando l'orientamento e la mobilità. Tali ausili vanno introdotti rispettando i tempi e le fasi di crescita della persona stessa: non bisogna

aver fretta, si deve tener conto dell'età, delle sue capacità sia sul piano pratico, che organizzativo. È importante che la persona non venga in contatto con uno strumento che non è in grado di gestire e controllare. È necessario fornire, oltre gli ausili, anche le istruzioni per l'uso. Alcuni supporti, quali il cane guida o ausili elettronici che segnalano gli ostacoli, sono poco usati dalle persone sordocieche, perché non presentano delle caratteristiche che li rendono accessibili a chi ha la doppia minorazione sensoriale.



### *Il bastone*

È l'ausilio più usato dai non vedenti ed è di colore bianco. I sordociechi italiani, come in altre nazioni, utilizzano un bastone bianco con le strisce rosse, proprio per segnalare che, oltre

alla minorazione visiva, è presente anche quella uditiva. Il bastone durante la marcia deve sempre essere tenuto con la punta a contatto del terreno; questa tecnica permette di avere informazioni in anticipo su dislivelli (scale, gradini..) ed ostacoli, in modo da procedere con una certa sicurezza ed una discreta velocità. Le informazioni che il bastone trasmette sono di natura acustica, tattile e cinestesica. Nel primo caso il bastone, toccando terra, fornisce informazioni riguardanti l'ambiente circostante (volumi, distanze da pareti, informazioni strutturali). Nel secondo caso può informare sulla qualità del materiale (liscio, ruvido, molle, duro..) e nel terzo caso informa circa salite e discese. Esistono bastoni corti e bastoni lunghi. Il primo tipo viene usato soprattutto come segnale di riconoscimento o in ambienti chiusi. Il secondo, lungo circa 120-150 cm, a seconda dell'altezza di chi

lo porta, viene utilizzato specialmente per l'esterno. Se utilizzato correttamente, dà sufficienti garanzie per affrontare la maggior parte degli ostacoli che si incontrano, per esempio camminando su un marciapiede.

Il bastone per le sue caratteristiche offre i seguenti vantaggi:

- dà una discreta sicurezza
- è facile da trasportare e da usare
- ha bisogno di poca manutenzione
- ha un costo limitato

I limiti del bastone lungo sono principalmente due:

- non protegge le parti alte del corpo (testa, spalle)
- non segnala ostacoli senza una base a terra (telefoni a muro, cassette postali)

### *Le mappe tattili*

Rappresentano un supporto per la conoscenza dell'ambiente in cui la

persona si deve muovere. Esistono in Europa simbologie standardizzate che permettono l'interpretazione della mappa a livello generale.

### *La bussola tattile*

Funziona come la normale bussola. Sul quadrante sono rappresentati in rilievo i punti cardinali: è evidenziato il nord con una freccia in rilievo. Questa bussola è molto utile per controllare i vari spostamenti nello spazio e verificare come cambiano ogni volta a seconda del movimento che si fa con il corpo.

### *Ausili ottici per ipovedenti*

Sono tutti quegli ausili che cercano di potenziare il residuo visivo che la persona possiede. Vi sono compresi tutti i sistemi ingrandenti, come sistemi monoculari e lenti.