

- Ära kunagi pargi oma autot invaparkimiskaardiga (kaart asetatakse esiaknale) autole liiga lähedale. Arvesta, et vahe oleks selline, et jääks ruumi ratastoolikasutajale manööverdamiseks, muidu ei pääse ta oma autosse.

Pimedaga suhtlemine ja abistamine

- Ära abista kunagi ootamatult. Pimedatele ja vaegnägijatele ei meeldi liigne tähelepanu. Küsi, kuidas sa aidata saad ja toimi vastavalt.
- Suhtlemist alustades tutvusta end.
- Pimeda või vaegnägijaga juttu alustades kõneta teda nimepidi, kui tunned teda. Kui sa pimedat ei tunne, pane käsi tema õlale või küünarnukile, et ta teaks, et temaga räägitakse.
- Kui saadad pimedat või vaegnägijat, siis ära tiri teda, las ta võtab sinu küünarvarrest kinni. Saatja käib sammuke eespool.
- Ära ütle “seal”, vaid ütle paremal, vasakul või näiteks kella ühe suunas, kella kuue suunas jne.

- Jää enne treppi seisma ja ütle, kas trepp läheb üles või alla.
- Kui trepil on käsipuu, küsi, kas pime soovib sellest kinni võtta. Soovi korral aeta ta käsi käsipuule.
- Tooli juurde saabudes pane pimedale käsi tooli seljatoele, et ta tajuks tooli ja laua asetust.
- Ära ehmata, kui pime kukub, lihtsalt aita ta püsti.

Aitäh Sulle, vabatahtlik!

Alati võid pöörduda nõu saamiseks

Eesti Liikumispuudega Inimeste Liit
 Endla 59, Tallinn
 6 720 223, 52 93 144
elil@elil.ee

Tallinna Liikumispuudega Inimeste Ühing
 Endla 59-110, Tallinn
 6 543 556
tliy@tliy.ee

MEELESPEA

Erivajadusega inimeste abistamiseks

INFOVOLDIK

Eesti Liikumispuudega Inimeste Liit
 2010

Abistamine ratastooli korral:

- Ära abista kunagi ootamatult, küsi selleks eelnevalt luba. Ära solvu, kui vastatakse eitavalt. Näiliselt abitu ratastoolikasutaja võib tegelikult hakkama saada.
- Aita siis, kui seda palutakse, toolisolijat võib häirida pidev abipakkumine.
- Kui ratastooli käepidemed on ära keeratud, tähendab see seda, et toolisolija saab ise hakkama, ta ei vaja teiste abi.
- Aitamise korral küsi ja oota ära juhised.
- Hinda oma jõuvarusid realistlikult – ratastoolikasutaja abistamine nõuab sageli ka füüsilist pingutust.
- Tooli lükkamisel üle takistuse, ära torma jõuga peale, vaid kalluta tooli taha (leia tasakaalupunkt) ja tõsta esirattad takistuse peale või üle, seejärel lükka kogu tooli.
- Aitamise korral ära kiirusta ega rabista - küsi juhendamist, kuidas aidata. Tegutse läbimõeldult, aeglaselt.

- Ratastoole on väga erinevaid tüüpe. Nende kokkupanekul palu juhendamist tooli omanikult.
- Ratastooli tänaval lükates jälgi pidevalt teekatet – ootamatu auk, madal serv võib inertsist istuja toolist välja paisata.
- Ratastooli rahvarohketes kohtades lükates jälgi, et sa eeskõndijatele kandadele et sõidaks.
- Ratastooli järsust kaldest alla abistamisel mine selg ees, otse alla minnes võib toolisolija toolist välja kukkuda.
- Trepiastmetest üles/alla abistamisel – keera ära tugirattad, kalluta tool taha nn tasakaaluasendisse ja tõmba tooli ettevaatlikult aste astmelt ja pikkamööda. Mitmekesi tooli trepist üles/alla viimisel hoidke kinni raamist (mitte ratastest) ja tõstke tooli ettevaatlikult ja korraga, vältige tooli ebaühtlast tõmbamist, tegutsege koos ja ühtemoodi.
- Pinnaseteel (muru, kruus jms) tõmba tooli selg ees, sest otse lükates võivad väikesed esirattad kinni jääda

- Piletikontrollis, läbipääsuvärvates jm kontrollija rollis olles, ära hakka jõuliselt tooliolijat läbi patsutama, pükstest või seljakotist otsima, küsi vaikselt luba või juhiseid. Avalikus kohas on see delikaatne teema, sest toolikasutajal võivad olla uroloogilised abinõud kasutusel.

Muud liikumisabivahendid:

- Liikumisabivahendiga (kargud, kepp) inimest ühissõidukisse või trepist üles aidata soovides ära kunagi haara teda käest või küünarnukist ootamatult. Nii tehes kaotab abivajaja hoopis tasakaalu ja halvemal juhul kukute mõlemad. Sama kehtib ka inimese kohta, kel on liikumisega raskusi, kuid ei kasuta liikumisabivahendeid. Küsi enne, kas soovitakse abistamist ja kuidas seda taha!
- Tee märkus autojuhile, kui näed, et ta kavatseb parkida invaparkimiskohale, omamata selleks luba (invaparkimis-kaarti).