



Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska Slovak Blind and Partially Sighted Union

Sekulská 1
842 50 Bratislava
Slovenská republika

tel.: +421/2/69 20 34 20
+421/2/69 20 34 30
fax: +421/2/69 20 34 47

IČO: 00683876
DIČ: 2020804731

e-mail: unss@unss.sk
web: www.unss.sk

Tlačová správa

V Bratislave
Dátum 12.10.2020

Na okamžité
uverejnenie

Vybavuje:
Dušana Blašková

Telefónne číslo:
02/69 20 34 20

Pätnásty október je Svetový deň bielej palice

Nie je palica ako palica. Za tú, ktorá pomáha pri orientácii, chráni a zároveň informuje okolie o jednej z charakteristík jej majiteľa, vďačíme pani Guilly d'Herbemontovej (1888 – 1980). Osobné skúsenosti priviedli túto francúzsku aristokratku k úvahám, ako u nevidiacich znížiť nebezpečenstvo úrazu a tým aj ich závislosť na iných. Inšpiráciou sa jej stali biele palice, ktorými policajti riadili dopravu na parížskych križovatkách. Vyvinula veľké úsilie, aby úrady vo viacerých krajinách uznali bielu palicu za ochranný znak nevidiacich, za čo získala viacero vyznamenaní. Desiat tisíce nevidiacich po celom svete jej však ďakujú denne. Za samostatnosť a nezávislosť pri pohybe.

Výrobca bielej palice dáva každej z nich do vienka množstvo vlastností, aby život hýril samými „naj“. Jej dĺžka závisí od používateľa (od rýchlosti jeho pohybu) a váhy použitého materiálu. V našich končinách siaha zväčša po hrudnú kosť, ale napr. v USA až po bradu či spánky. Okrem temperamentu je pri jej meraní rozhodujúci bezpečnostný aspekt, t. j. aby medzi lokalizáciou prekážky a príchodom k nej mal nevidiaci možnosť urobiť ešte jeden – dva kroky a informáciu, prijatú prostredníctvom bielej palice, stihol spracovať a vhodne na ňu zareagovať. Dlhá či krátka, žiadna orientačná biela palica nesmie byť ťažká, aby ju človek mohol používať niekoľko hodín denne a nepreťažil si zápästie či ruku, pevná a pružná, aby dobre prenášala hmatové informácie o kvalite povrchu, po ktorom sa pohybuje, a zároveň aby bez ujmy ustála strety s bežnými pouličnými prekážkami, ako sú napr. stĺpy, lavičky, zastávky MHD a pod.

Vývoj ukázal, že väčšine nevidiacich vyhovuje ako spodné zakončenie bielej palice útvar širšieho prierezu než samotná palica. Koncovka však môže mať rôzne tvary, musí byť pevne uchytená, po opotrebovaní ľahko vymeniteľná a vyhotovená z takých materiálov, ktoré umožnia rozoznávať povrchovú štruktúru, a to tak hmatom, ako aj sluchom. Jej úlohou je zaistiť plynulý pohyb. Rúčka si žiada okrem ergonomického tvaru i príjemný materiál, ktorý sa nešmýka a bude zárukou istého a uvoľneného držania palice pri extrémnych plusových i mínusových teplotách.

Väčšina nevidiacich oceňuje, že palica sa dá poskladať, takže s ňou sa pohybujú len tam, kde je to nevyhnutné, naopak, v dôverne známom priestore ju pri chôdzi

nepoužijú. Pravdaže, nájdú sa aj takí, ktorí volia bielu palicu, ktorú poskladať nemožno.

Prihliadať treba aj na hrúbku bielej palice, polohu jej ťažiska, počítať treba s momentom zotrvačnosti a s estetickou stránkou produktu. A, samozrejme, biela palica musí byť biela. Snehobiela, žiadne odtiene neprichádzajú do úvahy. Je to medzinárodne uznaná vizáž palice pre ľudí so zrakovým postihnutím. Aby bola dobre viditeľná v akýchkoľvek svetelných podmienkach, býva oblepená reflexnými pásmi.

„Chôdza s bielou palicou je výsledkom hodín tréningu na kurzoch priestorovej orientácie a samostatného pohybu, ktorý poskytujú inštruktori ÚNSS. Nevyhnutnou podmienkou efektívnosti týchto kurzov je, aby prebiehali formou jeden na jedného, t. j. jeden inštruktor a jeden klient,“ zdôrazňuje Branislav Mamojka, predseda ÚNSS. „Každý nevidiaci sa musí naučiť vytvárať si predstavu o svojom okolí z informácií, ktorými ho zahŕňajú jeho zmysly. Kreslí si mentálnu mapu kontrolných bodov, smeru a cieľa svojej cesty. Naši inštruktori musia pri výcviku každého jedného klienta zohľadňovať jeho individuálne charakteristiky a schopnosti, napr. pridružené postihnutie, chronické ochorenia, iné obmedzenia a pod.,“ uzatvára Branislav Mamojka.

Obsahom týchto kurzov je zautomatizovať si prácu s palicou: centrovanie, držanie, pokrytie a rytmus a všetky typy základných techník. Treba ale povedať, že iba ovládať držanie palice a techniky na samostatný pohyb nevidiacemu nestačí. Postupne sa učí naraz vnímať a analyzovať hmatové a sluchové podnety, ktoré mu poskytuje biela palica, a sluchové a čuchové podnety z okolia. Všetky informácie musí následne skĺbiť do jedného celku, do akejsi mentálnej mapy.

Základné techniky pohybu s bielou palicou sa definovali koncom druhej svetovej vojny v jednej z nemocníc pre vojnových veteránov v Amerike a odtiaľ sa postupne rozšírili do celého sveta. Dnes sú, dá sa povedať, akýmsi esperantom. Mexičan či Slovák, každý nevidiaci sa v spleti cestujúcich v železničnej hale učí nájsť správny smer na základe rovnakej techniky práce s bielou palicou, každý k nej pridáva zvuky krokov a tašiek na kolieskach, odrazy zvuku palice od podlahy a zníženého stropu, vôňu pekárne, kaviarne, prievan z podchodu, každý bielou palicou a nášľapom poľahky identifikuje vodiacu líniu a nechá sa ňou viesť.

Schopnosť využívať pri orientácii všetky zmysly (vrátane zvyškov zraku) si treba vytrénovať a následne neustále cibriť – predstava, že nevidiaci človek má ostatné zmysly mimoriadne vyvinuté, je mýtus.

Aby tých klamných predstáv bolo v spoločnosti čo najmenej, usilujeme sa každoročne pri príležitosti Svetového dňa bielej palice upozorniť na to, čo pre človeka so zrakovým postihnutím je a čo, naopak, nie je bariérou. Pripravovaný scenár sme tento rok poopravili a vybrali sme sa prechádzať mediálnym a on-line priestorom. Odporúčame preto neprepínať kanály a sledovať Facebook ÚNSS.

Dopravné bariéry z hľadiska ľudí so zrakovým postihnutím sú doménou dopravnej polície, ktorá na Dni bielej palice participuje od jej samého začiatku, t. j. už jedenásty rok. Vždy v polovici októbra sú jej uniformy súčasťou tímov, ktoré na vybraných priechodoch po celom Slovensku upozorňujú vodičov na biele palice v doprave. Vďaka tejto spolupráci už motoristov neprekvapí, keď človek, ktorý prišiel k priechodu pre chodcov zdanlivo bez ťažkostí, odrazu z kabelky či kabáta vytiahne bielu palicu a rovnako ako nevidiaci signalizuje, že chce prejsť na druhú stranu vozovky. Už vedia, že ide o človeka, ktorý má zachované len zvyšky zraku, ktoré sú v určitých situáciách nespoľahlivé a kvôli vlastnej bezpečnosti používa signalizačnú bielu palicu.

„Biela palica nás spája nielen symbolicky, nie len ako odkaz Guilly d'Herbemontovej. Našou úlohou je chrániť život, zdravie a majetok občanov na úseku dopravy a viesť všetkých účastníkov cestnej premávky k zodpovednému správaniu na cestách. Táto výchovná akcia sa stala neoddeliteľnou súčasťou práce dopravnej polície, umožňuje nám upozorňovať na dôležitosť ohľaduplnosti a zvýšenej opatrnosti v prípade, že sa v premávke nachádza osoba so zrakovým postihnutím. Pri dnešných rýchlo sa vyvíjajúcich technológiách v automobilovom priemysle, kedy sa dopravné prostriedky vďaka elektromotorom stali takmer nepočítateľnými, je najmä pre nevidiacich a slabozrakých ešte náročnejšie orientovať sa v bežnej premávke,“ doplnil pplk. PhDr. Tomáš Vrábek z Odboru dopravnej polície Prezídia Policajného zboru.

Ako je užšie centrum metropoly pripravené na chodca s bielou palicou, pozorne sledujú jej muži zákona. Vďaka tejto spolupráci sa široká verejnosť oboznamuje s tým, čo je to vodiaca línia, čo signálny a čo varovný pás a čo spôsobí, ak si na nich niečo odložíte. Aj keď len na chvíľku.

„Hoci z dôvodu aktuálne platných obmedzení hliadky mestskej polície spolu s odborníkom z Oddelenia prevencie architektonických a dopravných bariér ÚNSS v uliciach tento rok nevidíte, apelujeme touto cestou na všetkých, aby boli voči ľuďom s bielou palicou nanajvyš ohľaduplní. Zvlášť sa prihovárame tým, ktorí parkujú svoje vozidlá na vodiacich líniách, varovných a signálnych pásoch, prípadne na ne umiestňujú reklamné pútače. Pri kontrolách sa opierame o zákon č. 135/1961 Zb. o pozemných komunikáciách. Podľa neho totiž cestný správny orgán alebo obec v rozsahu svojej pôsobnosti môže uložiť pokutu až do výšky 33 198.- eur tomu, kto bez povolenia cestného správneho orgánu alebo v rozpore s vydaným povolením zamení, pozmení, premiestni, odstráni, umiestni alebo zakryje dopravnú značku alebo iné zariadenie, ktoré je súčasťou pozemnej komunikácie,“ hovorí PhDr. Peter Pleva, vedúci Oddelenia komunikácie a prevencie Mestskej polície hlavného mesta SR Bratislavy.

Partnermi Dňa bielej palice 2020 sú Nadácia Allianz, Prezídium Policajného zboru a Mestská polícia hlavného mesta SR Bratislavy. Mediálnym partnerom je Zelená vlna RTVS.

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska je občianske združenie, ktorého členmi sú nevidiaci a slabozrakí ľudia, ich priaznivci, priatelia a rodičia. V súčasnosti má takmer 4 000 členov združených v 58 základných organizáciách. Svoje služby, poradenstvo a aktivity poskytuje ľuďom so zrakovým

postihnutím v každom kraji Slovenska bezplatne. Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska vznikla v roku 1990.

Kontakt:

Dušana Blašková, hlavná koordinátorka Dňa bielej palice 2020

Tel.: 02/69 20 34 30, 0907 103 366

e-mail: dusana.blaskova@unss.sk

www.unss.sk