

# Deficiențe de vedere



# Cuprins

Participanții .....	1	emoțională .....	16
Vederea .....	2	Principalele dificultăți: .....	18
Simțul văzului și elementele sale anatomice .....	4	Cititul.....	18
Stimul vizual .....	5	Principalele dificultăți: Abilitățile motorii.....	20
Deficiența de vedere.....	6	Principalele dificultăți: .....	22
Clasificare.....	7	Vorbirea .....	22
Vederea parțială .....	8	Principalele dificultăți: Comunicarea cu mediul social / socializarea .....	24
Orbirea.....	9	Principalele dificultăți: .....	26
Cauze .....	10	Abilități necesare în viața zilnică.....	26
Principalele dificultăți .....	13	Braille.....	27
Principalele dificultăți: Dezvoltarea cognitivă .....	14	Sugestii.....	28
Principalele dificultăți: Dezvoltarea		Adaptări .....	29
		Adaptări organizatorice.....	30

Adaptări ale spațiului .....	32
Adaptări tehnice.....	35
Metode și tehnici de predare .....	36
Metoda explicației.....	37
Metoda demonstrației .....	39
Participanții .....	40
Addendum: Exerciții în cadrul atelierului - Asistentul văzător.....	44
Addendum: Exerciții în cadrul atelierului - "O pereche de ochi înlocuitori" .....	46
Informații suplimentare: .....	48



# Participanții

**Încercați să vă amintiți dacă ați fost vreodată în contact cu persoane cu deficiențe de vedere. Povestiți propriile experiențe, concentrându-vă asupra aspectelor de comunicare care vi s-au părut dificile. Spuneți celor din grup cum v-ați simțit în acea situație, precum și impresiile dumneavoastră generale despre contactele cu persoanele cu deficiențe de vedere.**





# Vederea



Vederea este un simț pe care îl folosim pentru a percepe diferitele caracteristici ale obiectelor aflate în mediul înconjurător (lumină, culori, forme, distanță, mărime, poziție, mișcare) și pentru a le interpreta semnificația.

Stimulii luminoși trec prin părțile transparente ale ochiului (corneea, cristalin, umoare apoasă, corp vitros), formând pe retină o imagine reală, redusă și inversată a obiectelor observate. Impulsurile nervoase formate pe retină se transmit cortexului cerebral prin nervii optici (zonele



vizuale primare și secundare), sunt prelucrate și rezultă ceea ce noi numim vedere.

Zonele vizuale primare procesează aspectele formale ale vederii (adâncime, distanțe, culori...), în timp ce zonele vizuale secundare analizează sensul și semnificația a ceea ce vedem.

Pierderea cortexului vizual primar cauzează orbire, în timp ce lipsa zonelor vizuale secundare cauzează incapacitatea de a înțelege ceea ce se vede, chiar dacă se vede clar.



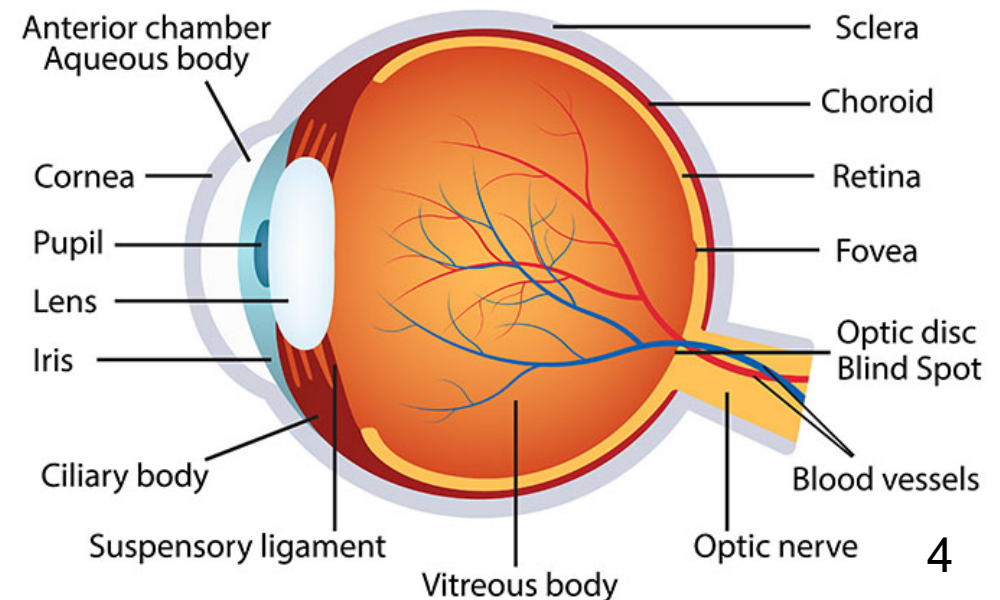
# Simțul văzului și elementele sale anatomice

## Simțul văzului și elementele sale anatomice:

- Ochi
- Nervi optici
- Centri pentru vedere din  
cortexual

Imaginea înfățișează părți ale ochiului.

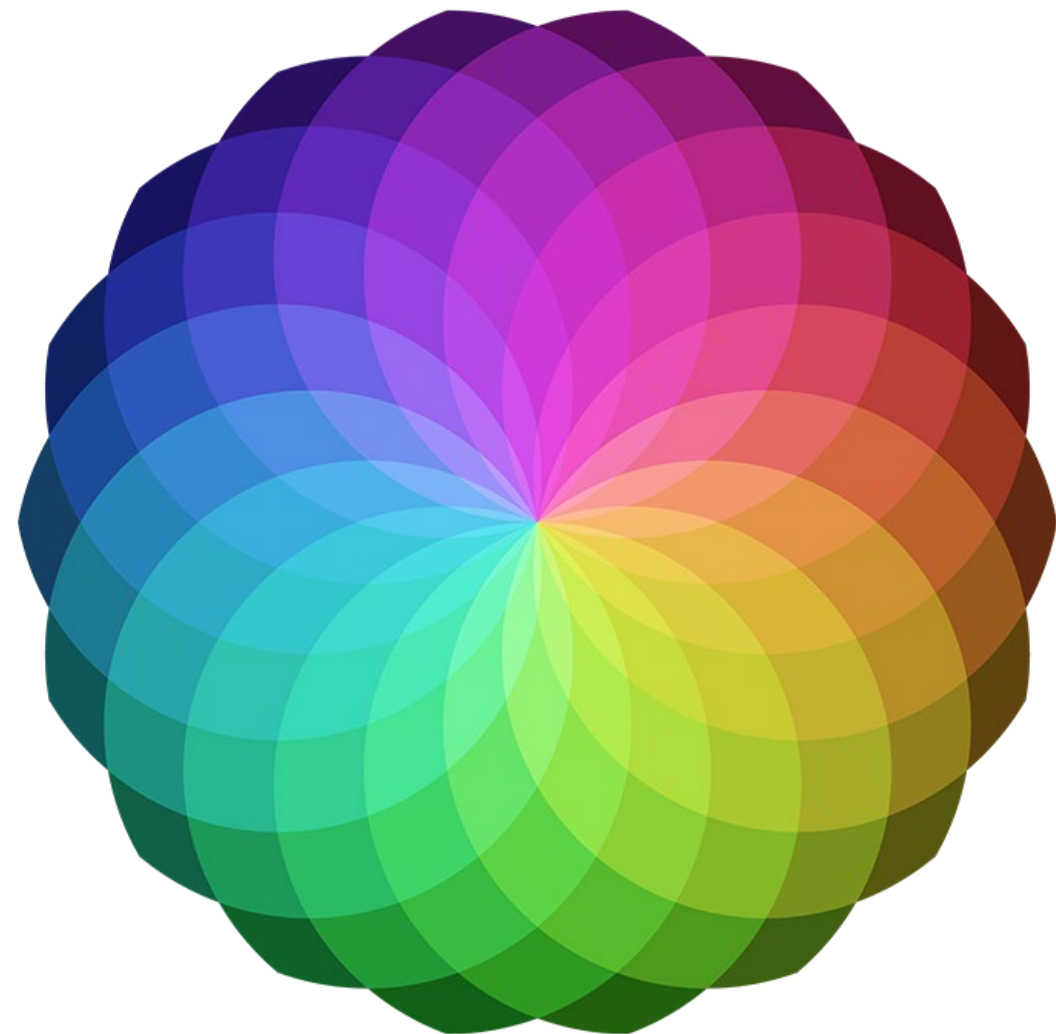
## HUMAN EYE ANATOMY





# Stimul vizual

Stimulul la care reacționează simțul vizual este lumina, adică radiația electromagnetică vizibilă.





# Deficiența de vedere

Deficiența vizuală este orice afecțiune legată de vedere care îngreunează desfășurarea activităților zilnice strâns legate de percepția vizuală. Percepția vizuală este capacitatea de a interpreta lucrurile situate în mediul nostru înconjurător pe baza informațiilor vizuale. Ea este definită de acuitatea și lățimea câmpului vizual.

Acuitatea vizuală este capacitatea ochiului de a distinge detaliile fine și de a vedea clar două puncte separate. Câmpul vizual este zona pe care o vedem atunci când privim drept înaintea, fără să ne mișcăm capul sau ochii.



# Clasificare

În funcție de gravitatea lor,  
deficiențele de vedere se împart în  
vedere parțială și orbire.

Această clasificare are doar un scop orientativ, deoarece deficiența vizuală este extrem de diversă. Există, de asemenea, o categorie des utilizată, numită orbire legală. Ea desemnează persoanele care au o anumită percepție vizuală sub 5%.





# Vederea parțială

**Vederea parțială (sau ambliopia) presupune o acuitate vizuală între 10 și 40% din acuitatea vizuală normală la ochiul cel mai bun, cu ajutorul lentilelor corective - ochelari sau lentile de contact.**

De asemenea, vederea parțială implică o acuitate vizuală mai mare de 40% dacă boala este progresivă, precum și mai puțin de 10% dacă persoana poate utiliza cu succes acest grad de vedere.



# Orbirea

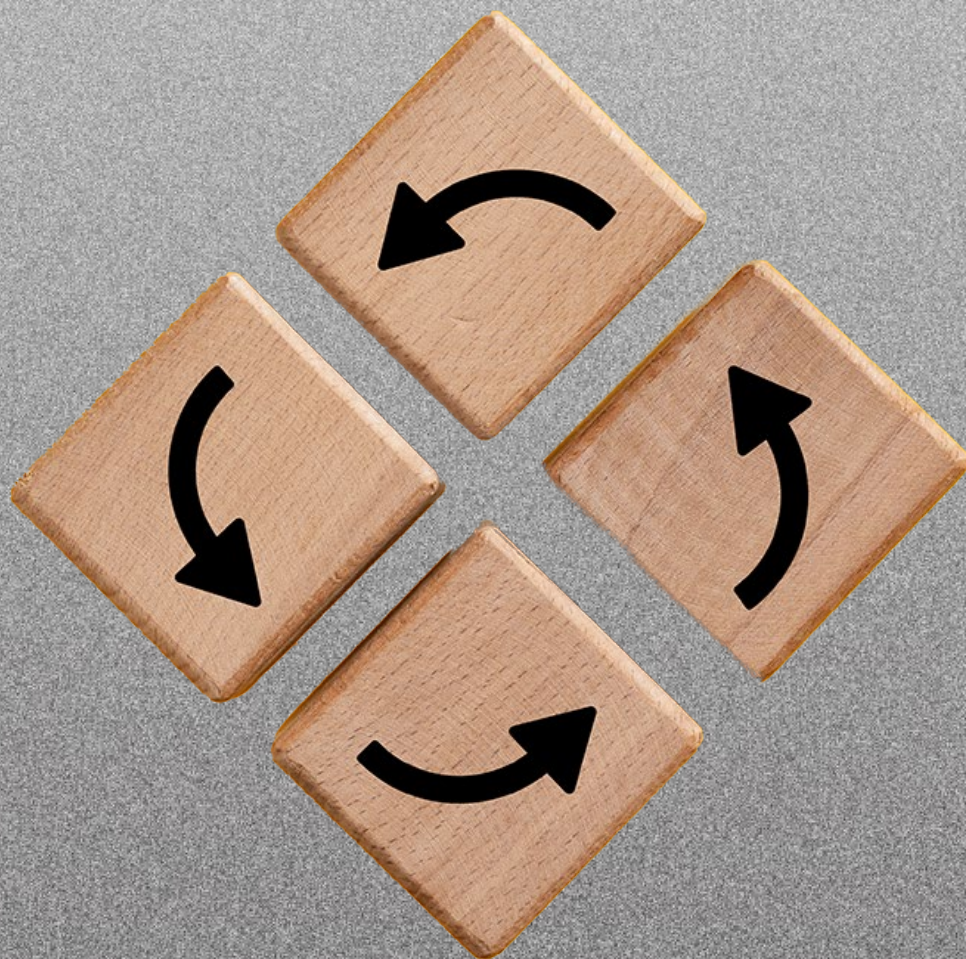
**Prin orbire se înțelege o acuitate vizuală mai mică de 5% din acuitatea vizuală normală la ochiul cel mai bun, cu ajutorul unor lentile de corecție - ochelari sau lentile de contact.**

Orbirea include și circumstanțe în care vederea centrală reprezintă mai puțin de 25% din acuitatea vizuală normală, cu îngustarea câmpului vizual la  $< 20$  de grade.

**Unele clasificări includ orbirea legală, care se referă la persoanele cu vedere reziduală funcțională sub 5%.**



# Cauze



**Deficiențele de vedere sunt clasificate în congenitale și dobândite.**

Deficiențele congenitale includ diverse deficiențe ereditare și vizuale rezultate din diverse cauze în timpul sarcinii (leziuni ale nervului optic și tulburări vizuale cerebrale).

Deficiențele vizuale dobândite se referă la deficiențele cauzate în timpul sau după naștere (deficiențe vizuale cauzate de traumatisme oculare sau craniene și infecții oculare).



Cele mai frecvente cauze ale deficiențelor și ale pierderii vederii: erori de refracție, cataractă, trahom, glaucom, degenerescență maculară, ceață corneană și retinopatie diabetică.

- **Eroarea de refracție este o imperfecțiune optică care împiedică ochiul să focalizeze corect lumina, provocând o vedere încețoșată. Cele mai frecvente erori de refracție sunt miopia, hipermetropia și astigmatismul.**

- **Cataracta este principala cauză de orbire la nivel mondial. În termenii cei mai simpli, poate fi descrisă ca opacifierea cristalinului.**
- **Glaucomul este o boală ce provoacă degenerarea nervului optic și a fibrelor nervoase retiniene și e cel mai adesea asociată cu hipertensiunea oculară. După cataractă, este cea mai frecventă cauză de orbire la nivel mondial.**
- **Trahomul este o infecție bacteriană cu următoarele simptome: mâncărime la nivelul ochilor, secreții purulente sau mucoase din ochi, iritarea genelor și a pleoapelor.**



- **Macula, sau pata galbenă, este partea centrală a retinei care permite vederea centrală, precum și capacitatea de a citi și de a distinge detaliile fine. Degenerescenta maculară este o boală care duce la pierderea vederii în centrul câmpului vizual, ceea ce face dificilă și chiar imposibilă citirea și recunoașterea facială, deși vederea periferică rămasă ajută la desfășurarea altor activități cotidiene. Unele persoane cu degenerescentă maculară sunt considerate nevăzătoare din punct de vedere legal.**

- **Ceața corneană apare cel mai adesea în urma unei leziuni (mecanice sau chimice) sau a unei inflamații a corneei.**
- **Retinopatia diabetică este cea mai frecventă afecțiune oculară la persoanele care suferă de diabet de mult timp. Riscul de orbire la diabetici este de 10-20 de ori mai mare decât la persoanele care nu suferă de diabet.**



# Principalele dificultăți



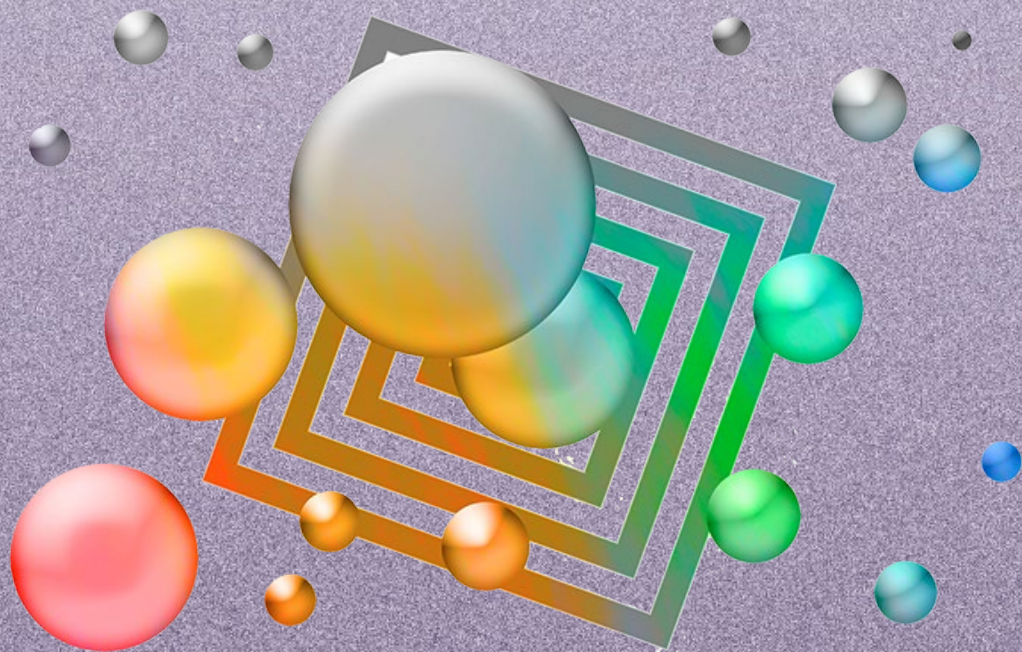
**Cele mai grave consecințe ale deficiențelor de vedere se manifestă în limitarea deplasării independente în spațiu, în special dacă mediul este nou și necunoscut.**

90% din informațiile obținute de organele de simț (văz, auz, miros, gust, senzații cutanate - atingere, căldură, frig, durere și senzații kinestezice - poziția și mișcările extremităților și ale capului în raport cu corpul) au ca sursă vederea.

O deficiență mai mare combinată cu un debut mai timpuriu al acesteia duce la dificultăți mai mari.



# Principalele dificultăți: Dezvoltarea cognitivă



Copiii care au deficiențe de vedere de la naștere sau de la vârste foarte mici prezintă limitări în ceea ce privește observarea și urmărirea vizuală, ceea ce duce la incapacitate sau dificultăți de învățare vizuală.

Lipsa informațiilor vizuale duce la întârzieri în dezvoltarea cognitivă. Acești copii pot avea dificultăți în învățarea modelelor comportamentale, în relațiile cu alte persoane, în stăpânirea abilităților necesare în viața de zi cu zi și în formarea unei impresii realiste despre lume.

Un copil născut orb construiește concepte pe baza altor modalități senzoriale.

Prin urmare, informațiile obținute diferă ca structură, iar concepțiile sunt și ele diferite.

Persoanele cu vedere parțială suplinesc lipsa de informații prin alte surse și, de obicei, au o percepție mai exactă a realității decât persoanele care sunt oarbe.

La copiii cu deficiențe de vedere, în special la copiii nevăzători, memoria auditivă este adesea foarte bine dezvoltată. Aceasta îi ajută în educația lor și se bazează pe ea.

Acești copii pot avea o tendință spre verbalism, ceea ce denotă o exprimare verbală aparent abilă de reproducere a conținutului, dar fără o înțelegere și o competență reale. Pentru nevăzători, percepția tactilă joacă cel mai important rol în familiarizarea lor cu obiectele din mediul înconjurător, dar aceasta necesită mult mai mult timp decât percepția vizuală.



# Principalele dificultăți: Dezvoltarea emoțională



**Deficiența vizuală nu duce neapărat la dificultăți în dezvoltarea emoțională și socială dar există totuși obstacole.**

În special pentru copii, satisfacerea nevoilor de bază este un proces solicitant și au nevoie de asistență din partea persoanelor din mediul lor social.

Ca urmare a acestui fapt, ei pot experimenta frustrare (și o serie de alte emoții) în fiecare zi, ceea ce poate conduce la tulburări și boli mai profunde.

Dorim să subliniem importanța susținerii pe care trebuie să o manifeste mediul social din copilăria timpurie și practicarea mecanismelor compensatorii.

Modul în care ne exprimăm emoțiile prin intermediul corpului nostru este, în mare parte, învățat prin observarea unui model. Având în vedere că persoanelor cu deficiențe de vedere le este greu să învețe astfel, acest lucru poate cauza derapaje în exprimarea non-verbală a stărilor emoționale în care se află.





# Principalele dificultăți: Cititul



**Persoanele cu deficiențe de vedere pot citi litere negre care sunt mărite în funcție de nevoile individuale.**

Eficacitatea depinde de gradul de deficiență vizuală și de condițiile de lectură realizate. Condițiile optime de citire implică fontul, spațierea și dimensiunea literelor, calitatea hârtiei, condițiile de iluminare, înclinarea mesei și altele.

Alfabetul oficial al nevăzătorilor este Braille, deși nu toți nevăzătorii cunosc sau folosesc sistemul Braille în activitatea lor de zi cu zi.



Eficiența depinde de gradul de dezvoltare intelectuală, de sensibilitatea degetelor, dexteritatea motorie, metodele de predare, nivelul de îndemânare etc. Unele studii arată că cititul cu ajutorul Braille durează de două ori mai mult comparativ cu cititul normal realizat de către o persoană care vede.

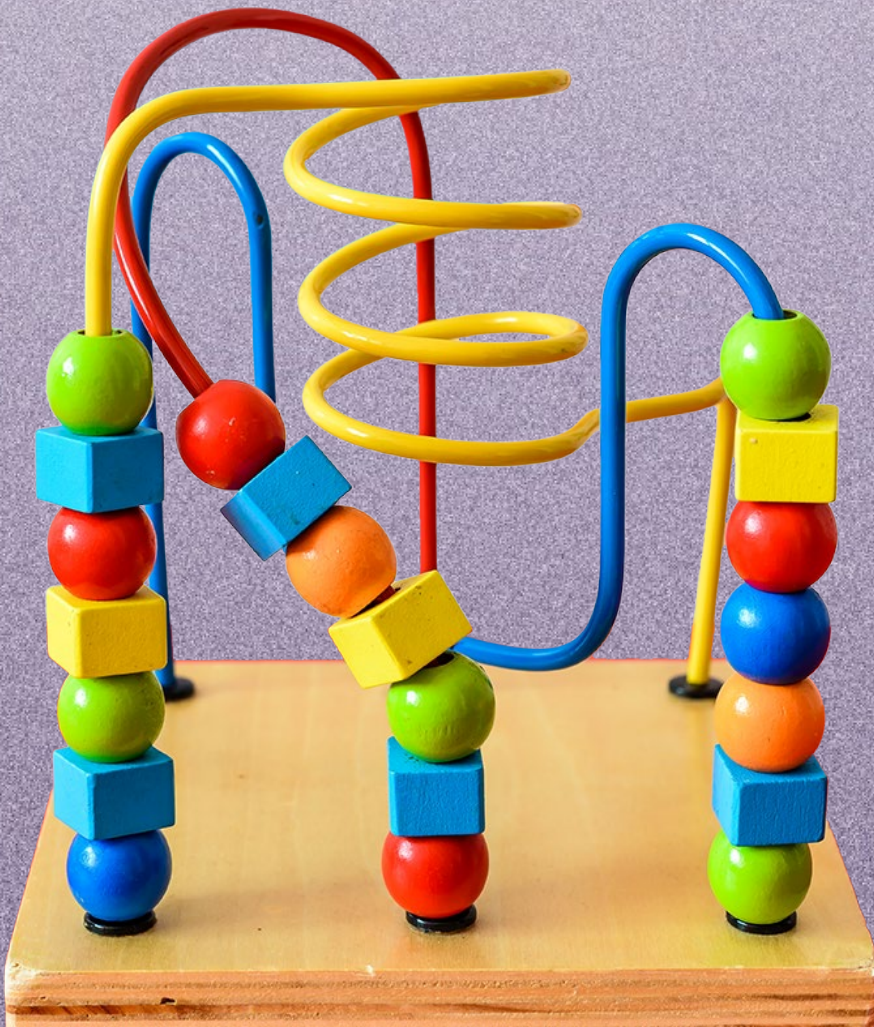




# Principalele dificultăți: Abilitățile motorii

Dezvoltarea abilităților motorii este afectată nu atât de mult din cauza deficienței vizuale în sine, ci mai degrabă din cauza incapacității de a practica și de a imita vizual mișcările și acțiunile persoanelor din mediul social.

Nevăzătorii nu își coordonează mișcările în funcție de informațiile vizuale. În schimb, ei folosesc alte modalități senzoriale pentru coordonare, în special cele auditive.





Având în vedere că nu sunt expuși în permanență la toate informațiile disponibile din mediul apropiat, aceste informații au o influență mică asupra lor (mediul nu este la fel de stimulativ pentru ei ca pentru persoanele cu vedere). Consecințele acestui fapt se manifestă prin dezvoltarea întârziată a abilităților motorii.





# Principalele dificultăți: Vorbirea

Pentru copiii cu deficiențe de vedere, vorbirea este extrem de importantă. Mai exact, acești copii trebuie să învețe despre lumea din jurul lor prin vorbire și sunt dependenți de descrierile verbale ale obiectelor și evenimentelor.

În cercetările lor, unii autori au ajuns la concluzia că pierderea vederii îi obligă pe copiii nevăzători să-și formeze relațiile doar prin vorbire, astfel încât aceștia învață să folosească cu succes vorbirea mai repede decât colegii lor care nu au probleme de vedere.

Persoanele cu deficiențe de vedere utilizează înțelesurile cuvintelor care au conotații vizuale la fel de bine ca și persoanele care au o vedere normală. Ei folosesc în mod normal denumirile culorilor, chiar dacă nu au nicio experiență senzorială cu culorile, la fel cum întrebuințează în mod normal cuvinte precum “a vedea”, “a privi” și altele asemenea.





# **Principalele dificultăți: Comunicarea cu mediul social / socializarea**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## **Comunicarea cu mediul social / socializarea poate fi dificilă.**

Capacitatea de deplasare și de identificare a persoanelor care ar putea fi de interes pentru o persoană cu deficiențe de vedere este redusă. Ajutorul din partea celorlalți este necesar pentru a obține mai multe informații despre evenimentele din mediul în care se află la un moment dat. Posibilitatea de a se referi la diferite evenimente din mediul lor este mai scăzută, reducând astfel capacitatea de a participa la subiecte conversaționale similare.



Dificultățile de citire și scriere  
îngustează  
canalul de comunicare.

Particularitățile în comunicarea non-  
verbală, exprimarea emoțională și alte  
abateri de la comportamentul obișnuit  
pot fi deranjante pentru alte persoane.

Toate cele de mai sus pot duce la  
mai puține oportunități de a stabili  
contacte sociale.





# Principalele dificultăți: Abilități necesare în viața zilnică









































Abilitățile necesare în viața de zi cu zi includ aspecte cum ar fi îngrijirea de sine, menținerea igienei personale, îmbrăcarea și hrănirea, păstrarea curățeniei în locuință, sortarea documentelor, recunoașterea și utilizarea banilor, activități de petrecere a timpului liber, comunicare etc.

Copiii fără probleme de vedere dobândesc abilitățile legate de viața zilnică în mod natural, în timp ce un copil cu deficiență de vedere nu, adică trebuie investit efort în pregătire și practică suplimentară.



# Braille

## braille alphabet

									
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
									
K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T
									
U	V	W	X	Y	Z	1	2	3	4
									
5	6	7	8	9	0	'	,	#	space

## Sistemul de scriere Braille se bazează pe simțul tactil.

A fost inventat de Louis Braille, care a prezentat publicului versiunea finală în 1825. Braille se bazează pe un sistem de șase puncte (două rânduri verticale de câte trei puncte fiecare). Fiecare caracter este reprezentat cu ajutorul unei combinații unice de puncte în relief.

Sunt disponibile în total 63 de combinații de puncte. Având în vedere numărul limitat de combinații, unele caractere sunt afișate folosind combinații complexe care sunt alcătuite din 2 sisteme formate din 6 puncte.



# Sugestii



## Sugestii pentru o comunicare reușită: Contextul educațional

- Instrucțiuni: scurte, precise și concrete;
- Anunțați schimbările în organizarea spațiului;
- Asigurați-vă că este nestingherită comunicarea prin intermediul auzului;
- Permiteți familiarizarea cu mediul și materialele prin alte modalități;
- Verificați înțelegerea instrucțiunilor



# Adaptări

Adaptări în contextul educației  
informale a adulților:

- Organizacijske prilagodbe
- Prostorne prilagodbe
- Tehničke prilagodbe





# Adaptări organizatorice

Persoanele cu deficiențe de vedere vor aprecia postările cu text în mediile electronice și pe rețelele de socializare, în timp ce postările cu imagini, chiar dacă acestea conțin text scris în interiorul imaginii, le vor îngreuna, dacă nu chiar le va fi imposibil, informarea despre programul dumneavoastră.

Persoanelor cu deficiențe de vedere oferiți-le opțiunea de a tipări conținut scris în format mare, materiale scrise disponibile în format electronic și un asistent care să le însoțească sau să le ajute cu exprimarea scrisă.



Lucrările și materialele didactice ar trebui să fie în formate accesibile: persoanele cu deficiențe de vedere le folosesc în Braille sau în format text simplu (pentru adaptare, puteți contacta orice organizație care oferă sprijin persoanelor cu deficiențe de vedere). Cu puțin efort, le puteți realiza și dumneavoastră. Dacă este posibil, faceți ca programul dumneavoastră să fie disponibil și online.



# Adaptări ale spațiului



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

**Persoanele cu deficiențe de vedere nu au nevoie de ajustări speciale ale spațiului, dar există câteva trucuri care le vor face șederea confortabilă în cadrul programului dumneavoastră.**

Atunci când o persoană cu deficiențe de vedere vine pentru prima dată la sediul dvs., nu vă sfiți și cereți-i informații despre starea și nivelul vederii sale. În funcție de acestea, oferiți ajutor pentru a se familiariza cu locul respectiv.



Veți conveni cu persoana în cauză asupra modului de a o ajuta și de a face cunoștință cu incinta, deoarece modul și metodele sunt specifice fiecărei persoane.

Nu vă așteptați ca persoana să creeze în minte o hartă a spațiului din sediul dvs. după prima parcurgere. Puteți face procesul de familiarizare cu sediul pe parcursul primelor întâlniri.

Pregătiți-vă să faceți mici intervenții la sediul dvs. pentru a facilita cât mai mult posibil deplasarea participanților cu deficiențe de vedere.

Obiectele servesc drept puncte de ghidare pentru aceste persoane, așa că este foarte important ca acestea să nu-și schimbe locația dacă se află pe un traseu bine stabilit al participanților cu deficiențe de vedere.

În cazul în care ei doresc acest lucru, permiteți-le participanților cu deficiențe de vedere să stea întotdeauna în același loc în sală deoarece acesta este un punct de referință important pentru ei atunci când se deplasează în incintă.



Asigurați un iluminat suficient în încăpere. Acest lucru este deosebit de relevant în special pentru situațiile care implică mișcare sau în timpul activităților pentru care este necesară utilizarea semnificativă a vederii.

**Dacă sunteți în măsură să o faceți, puteți stabili linii de ghidare care să dirijeze mișcarea persoanelor cu deficiențe de vedere. De asemenea, de comun acord cu cursanții dvs., puteți conveni și asupra amplasării altor marcaje tactile în spațiu.**

**Discutați cu cursanții dvs. și conveniți asupra unei modalități de a face spațiul accesibil.**

# Adaptări tehnice

**Persoanele cu deficiențe de vedere vor fi bucuroase să folosească lupa sau calculatorul dvs. pentru a instala un cititor de ecran open-source sau un software de mărire.**

Ele își pot folosi smartphone-urile pentru a face o fotografie a materialelor de lucru, pentru a le converti rapid din imagine în text, pentru a asculta conținutul cu ajutorul unui cititor de ecran și apoi pentru a rezolva sarcina. S-ar putea să-și folosească telefonul pentru a tasta notițe în timp ce poartă o cască pentru ureche și să dea impresia că nu vă ascultă.



# Metode și tehnici de predare

Metode și tehnici de predare în  
contextul educației informale a  
adulților:

- Metoda explicației
- Metoda demonstrației





# Metoda explicației



**Dacă printre participanți se află persoane cu deficiențe de vedere, asigurați-vă că descrieți în detaliu tot conținutul vizual.**

Descrieți reprezentările grafice și schemele. De asemenea, descrieți meme-urile amuzante, gif-urile și alte ilustrații care nu au un rol pur didactic, ci mai degrabă servesc pentru divertisment.

Nu lăsați participanții cu deficiențe de vedere să sară peste o bună glumă vizuală (este foarte ciudat să fii singurul care nu râde).



Fiți atenți la utilizarea pronumelor demonstrative dacă predați unei/unor persoane cu deficiențe de vedere. “Aici”, “acolo”, “acesta”, “acela” și altele asemănătoare nu vor însemna mare lucru pentru persoanele cu deficiențe de vedere fără explicații suplimentare.

Atunci când vă adresați cuiva din grupul de participanți folosiți-i numele, astfel încât să nu existe nicio confuzie cu privire la persoana căreia vă adresați.

În acest fel, le veți facilita persoanelor cu deficiențe de vedere asocierea vocii unei persoane cu numele acesteia și, astfel, pot să-și cunoască mai bine colegii. Dacă intenționați să folosiți anumite forme de materiale didactice, stabiliți cu persoana cu deficiențe de vedere modul în care poate beneficia de aceste materiale.

Dacă nu ați făcut acest lucru în prealabil, fiți gata să partajați cu o persoană cu deficiențe de vedere tot conținutul pe care-l veți prezenta și-l aveți la dispoziție în format electronic, prin intermediul unui stick USB sau al unui e-mail.

# Metoda demonstrației

**Persoanele cu deficiențe de vedere au o acuitate tactilă foarte accentuată. Permiteți-le să se folosească de atingere pentru a studia schemele, modelele sau chiar procedurile despre care studiază.**

Procesul de percepție tactilă fără a putea vedea poate dura ceva mai mult timp, așa că ar fi o idee bună să vă asigurați că participantul cu deficiențe de vedere are la dispoziție o perioadă mai îndelungată de timp pentru observarea tactilă, care poate avea loc simultan cu demonstrația pe care o faceți pentru restul grupului.



# Participanții

**Împărțiți-vă în 4 grupuri mai mici.  
Fiecărui grup i se va atribui una  
dintre următoarele 4 situații:**

- 1. Luka (nou-născut): orbire cauzată de retinopatia prenatală;**
- 2. Anna (4 ani) – vedere parțială de nivel inferior din cauza unei erori de refracție;**
- 3. Eva (35 ani) – orbire cauzată de traumatism cranian;**
- 4. Mike (62 ani) - vedere parțială de nivel înalt din cauza retinopatiei diabetice.**





**Sarcina fiecărui grup este de a elabora un scenariu unic în care să descrie viața persoanei a cărei situație i-a fost repartizată.**

**Acordați atenție vârstei la care a apărut deficiența, tipului de deficiență și modului în care aceasta a afectat desfășurarea ulterioară a evenimentelor de viață.**





**De exemplu, ce impact a avut asupra perioadei grădiniței, școlii primare, liceului și mediului universitar, asupra educației non-profesionale informale, dezvoltării profesionale, stabilirii de contacte sociale, formării de relații etc.**

**Prezentați scenariul dvs. întregului grup.**







# Addendum:

## Exerciții în cadrul atelierului

### Asistentul văzător

**Materiale necesare:** o bucată de pânză  
pentru acoperit ochii, 2 persoe



**Instrucțiuni:** O persoană este legată la ochi și trebuie să apuce brațul celeilalte persoane, adică al asistentului, iar acesta trebuie să ghideze persoana legată la ochi prin zonă și să-i dea instrucțiuni prin mișcarea brațului de care se ține persoana legată la ochi.

**Opțiuni suplimentare:** plasați obstacole în încăpere.

**Scopul exercițiului:** O persoană cu deficiențe de vedere are aproape întotdeauna nevoie de asistență în medii noi, așa că una dintre cele mai utile aptitudini pe care trebuie să le



aibă un asistent al unei astfel de persoane este aceea de a ști cum să ghideze corect persoana cu deficiențe de vedere într-un mediu nou, necunoscut.

Când vedeți o persoană cu un baston alb, oferiți-i brațul, chiar dacă nu are nevoie de ajutor. O persoană cu deficiențe de vedere va aprecia faptul că ați observat-o!





# Addendum:

## Exerciții în cadrul atelierului "O pereche de ochi înlocuitori"



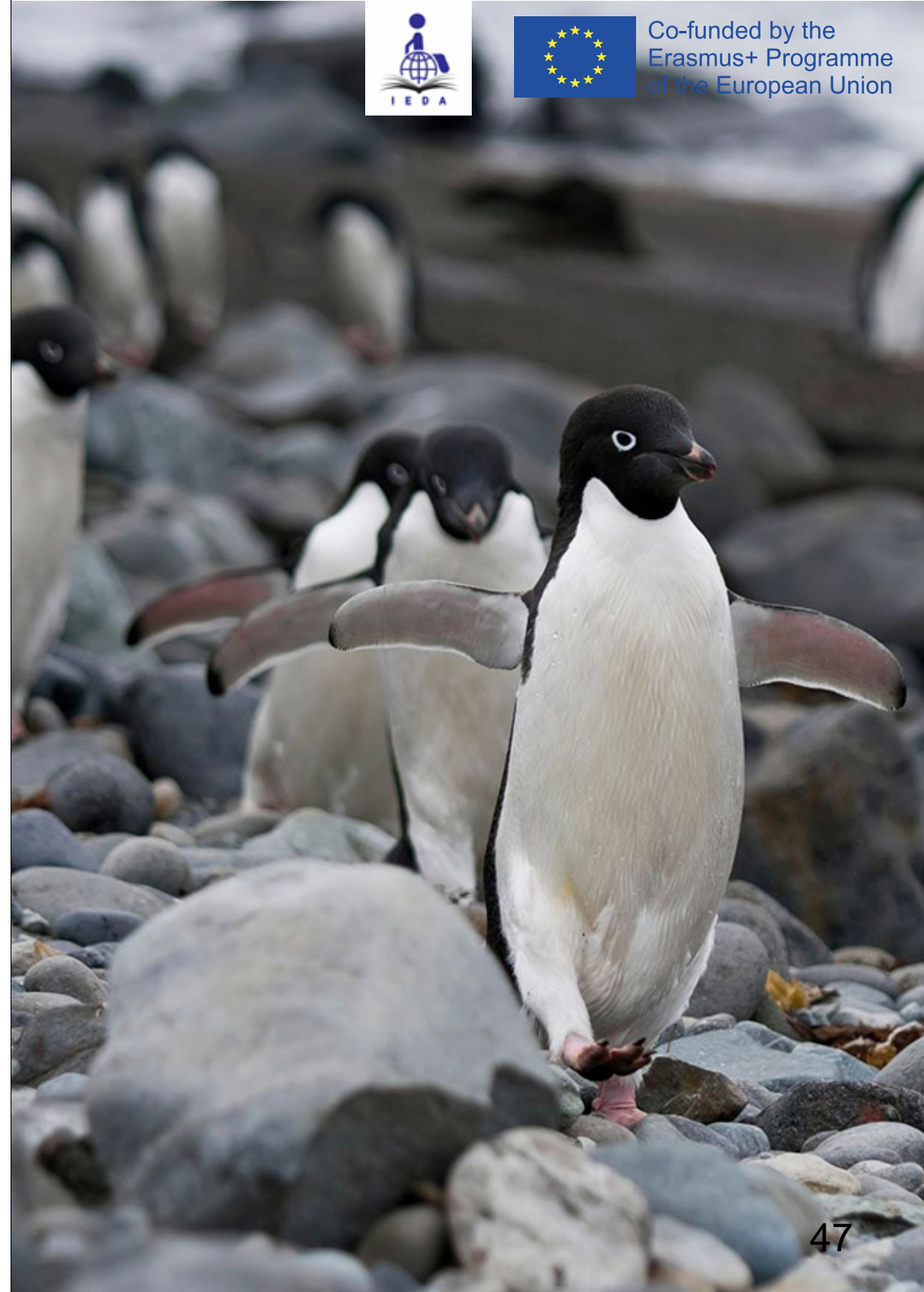
**Materiale necesare:** un obiect dezasamblat care trebuie asamblat (Kinder Surprise), un bandaj pentru ochi, 2 persoane.

**Instrucțiuni:** o persoană din pereche se leagă la ochi. Cea de-a doua îi dă instrucțiuni despre cum să assembleze un obiect din piesele care se află pe masă.

Obiectele dezasamblate pot fi orice: o jucărie, o unealtă, un obiect de uz casnic...



**Scopul exercițiului:** persoanele cu deficiențe de vedere nu pot învăța prin imitarea mișcărilor altor persoane. De cele mai multe ori, pentru a efectua o anumită activitate motorie, aceste persoane se bazează pe instrucțiuni și descrieri. Prin urmare, este important să știți cum să dați instrucțiuni în mod clar, precis, fără informații inutile și concentrându-vă asupra scopului dorit. În aceste situații puteți încerca să vă imaginați că dați instrucțiuni unei persoane care nu vă înțelege foarte bine limba.





# Informații suplimentare:



Euroblind: Publications and  
resources



Ray  
(2004)