

**Obiettivi generali di un corso di OM**

- Sviluppo delle competenze percettive, cognitive e psicomotorie
- Sviluppo, recupero ed ottimizzazione del residuo visivo
- Sviluppo delle capacità e delle competenze psicosociali per l'Orientamento e la Mobilità
- Riabilitazione neuro-psicosensoriale
- Educazione all'uso degli ausili

**Contenuti di un corso di OM**

Training in ambiente interno

- Tecniche di accompagnamento
- Tecniche di protezione del corpo
- Tecniche di esplorazione e di ricerca
- Tecniche d'uso del bastone bianco.

Training in zona urbana

- Conoscenza dell'ambiente urbano
- Attraversamenti
- Localizzazione di negozi e uffici
- Muoversi all'interno di negozi, uffici, supermercato, ecc...

Utilizzo dei mezzi pubblici:

- Autobus e fermata
- Treno e ferrovia
- Corriere ed autostazione
- Metropolitana.

E molto altro ancora

La possibilità di muoversi autonomamente è ciò che rende l'individuo libero di organizzare la propria quotidianità domestica e lavorativa. In presenza di deficit visivo spostarsi senza l'aiuto di una persona vedente può rappresentare una seria difficoltà. Organizzare i propri spostamenti in modo autonomo, consapevole e competente utilizzando strategie sicure permette alla persona con severe difficoltà visive di diventare padrona delle proprie decisioni e delle proprie scelte e di progettare la propria vita senza necessariamente dover chiedere l'aiuto di terzi.



**Perché?**



Associazione Nazionale Istruttori  
Orientamento Mobilità  
Autonomia Personale

## Tecniche di accompagnamento

### Perché dovrei imparare le tecniche di accompagnamento:

- Per sentirmi sicuro quando mi accompagno ed evitare di sbattere o inciampare
- Per evitare di farmi raccontare tutti gli ostacoli che incontriamo
- Perché chi mi accompagna si senta tranquillo e rilassato

### Con le tecniche di accompagnamento posso:



## Tecniche di protezione

### Perché dovrei imparare le tecniche di protezione:

- Per evitare di sbattere contro mobili e altri oggetti
- Per muovermi autonomamente e in sicurezza in spazi interni
- Per esplorare i luoghi in cui vivo, studio, lavoro...

### Con le tecniche di protezione posso:



## Tecniche d'uso del bastone bianco

### Perché dovrei imparare le tecniche del bastone bianco:

- Per potermi muovere in sicurezza anche senza l'accompagnatore
- Per riconoscere pericoli e ostacoli
- Per aiutare le persone vedenti a capire meglio come darmi una mano in caso di necessità

### Con le tecniche del bastone bianco posso:

