



## BASIC HINTS FOR INTERACTION WITH A PERSON WITH A DISABILITY

### THE GOLDEN RULE : ASK THE PERSON WITH THE DISABILITY

ENGLISH	AFRIKAANS	XHOSA
Do not lean on, or touch a person's wheelchair - it is part of their personal space.	Moenie op die betrokke se rolstoel leun en/of ongevraag daaraan raak nie - 'n rolstoel vorm deel van sy/haar persoonlike ruimte	Musa ukungqiyama, okanye uphathe isitulo esinamavili somntu – siyinxalenye yobuyena.
Always speak to the person with the disability and not to the person accompanying them.	Praat altyd met die person met 'n gestremdeheid en nie met hul metgesel nie.	Thetha nomntu lo ulimele ngomzimba, hayi umntu ahamba naye.
When talking to a wheelchair user, sit on a chair in order to sit at their eye level. If you have to stand, stay at a distance so that the person does not strain his/her neck.	Wanneer jy met iemand in 'n rolstoel kommunikeer, gaan sit voor die betrokke op 'n stoel om sodoende op dieselfde vlak oogkontak te bewerkstellig. Indien jy wel vanuit 'n staande posisie met die betrokke moet kommunikeer, maak seker daar is genoeg ruimte tussen dat julle. Dit sal voorkom die betrokke sy/haar nek van onder na bo moet buig - wat onnodige stremming op die nekwerwels/ruggraat sal verminder	Xa uthetha nomntu ohleli kwisitulo esinamavili, hlala esitulweni ukuze amehlo enu abe kumgangatho omnye. Ukuba kufuneka umile, ima qelele ukuze umntu angakruni intamo yakhe.
Never ask a wheelchair user to hold items, e.g. coats. Do not put your drink, for instance, on the desktop attached to someone's wheelchair.	Moet nooit vir iemand in 'n rolstoel vra om items vas te hou nie – die vrylike gebruik van sy/haar arms en hande, is van kardinale belang. Vermoed die gewoonte om items soos glase (en dies meer) op die kateder, wat aan die voorkant van 'n rolstoel monteer is, neer te sit.	Ngazye ucele umntu ohleli esitulweni esinamavili ukuba abambe izinto, umzekelo – idyasi. Musa ukubeka isiselo sakho kwitafilana encanyatheliswe kwisitulo esinamavili somntu.
Do not push a person's wheelchair without their permission.	Moet nooit ongevraag iemand in 'n rolstoel van agter af begin stoot nie.	Musa ukutshova isitulo esinamavili somntu ngaphandle kwemvume yakhe.
Be prepared to offer assistance to persons with limited hand, wrist or arm function.	Stel jouself beskikbaar om iemand wie se hand-, gewrig- of armfunksie beïnvloed is te ondersteun – slegs soos en wanneer dit benodig word.	Ungabanceda abantu abangakwazi kakuhle usebenzisa izandla, isihlahla okanye ingalo zabo.
People using canes or crutches need their arms to balance themselves, so never grab them by the arm.	Moenie aan iemand wat 'n kiere of 'n kruk gebruik, se arm/liggaam vat nie - dit kan die betrokke se balans negatief beïnvloed.	Abantu abasebenzisa iintonga, baxhathisa ngengalo zabo, musa ukumxhakamfula ngengalo umntu..
Place items within a wheelchair users reach.	Plaas items altyd binne die reik afstand van die rolstoelgebruiker.	Beka izinto kwindawo afikelela kuyo umntu ohamba ngesitulo.
Pulling out or pushing in a chair at a table may present a problem. Always ask before offering help.	Die algemene hantering van 'n rolstoel kan 'n groot uitdaging vir 'n betrokke wees – stel jouself dus beskikbaar om in die verband te ondersteun.	Ukutsala okanye ukutshova isitulo etafileni, oko kungadala ingxaki. Qala ubuze phambi kokuba ucele ukunceda.
Put out mats on slippery floors for persons using canes or crutches, although people using wheelchairs prefer floors without mats.	Die oppervlakte van gladde vloere kan deur middel van matte bedek word. Matte kan die mobiliteit van diegene wat krukke/kieries gebruik, aansienlik verbeter. Los matte kan baie gevaarlik wees, omdat mense se voete maklik daaraan kan vashaake. In die algemeen verkies rolstoelgebruikers dat vloere nie met matte bedek word nie, want dit bemoeilik hul mobiliteit.	Beka imethi kwimigangatho etyibilikisayo wenzele abantu abasebenzisa iintonga, nangona abantu abasebenzisa isitulo esinamavili bekhetha imigangatho engenazimethi.

### Need more information?

Erica du Toit : Marketing & Awareness : (021) 555-2881



### Western Cape Association for Persons with Disabilities

Physical address : 2 Begonia Street, Milnerton, 7441

Postal address : PO Box 1544, Milnerton, 7435

Telephone : (021) 5552881

Facsimile : (021) 5552888

E-mail : [director@wcapd.org.za](mailto:director@wcapd.org.za)

Website : [www.wcapd.org.za](http://www.wcapd.org.za)

Facebook : [westerncape.apd](https://www.facebook.com/westerncape.apd)



Printed with funding from the National Lottery Distribution Trust Fund