

# Valkoinen keppi

Apuväline ja merkki  
näkövammaisuudesta.



**V**alkoinen keppi on **sokeiden ja heikkonäköisten ihmisten liikkumisen apuväline**, joka toimii tuntoaistin apuna. Kepin avulla voi havaita reitillä olevat tasoerot, kuten portaat, kuopat, reunakivet, pintamateriaalit ja vyötärön alapuoliset esteet.

Valkoinen keppi toimii myös muille liikkujille **merkinä näkövammaisuudesta**, joten se helpottaa sekä avun pyytämistä että tarjoamista pulmatilanteissa. Valkoinen keppi on tärkeä merkki myös autoilijoille, sillä se kertoo selkeästi liikkujan näkövammasta.

Valkoisia keppejä on erilaisia eri käyttötarkoituksiin. Kepin pituus, käyttötapa ja tarve vaihtelevat olosuhteiden mukaan. Yleensä valkoinen keppi on kokoontaitettava ja heijastavaa materiaalia. Keppi valitaan aina yksilöllisesti henkilön pituuden, näkötilanteen ja liikkumistyylin mukaan. **Koulutettu liikkumistaidon ohjaaja opastaa sopivimman valkoisen kepin valinnassa.** Näkövammaiselle, jolla on myös tasapainovaikeuksia, on syytä hankkia myös valkoinen tukikeppi. Näkövammaisille lapsille on saatavilla puinen, pyörällä varustettu harjoituskeppi, jota voi lainata Näkövammaisten liiton lastenosastolta.

Valkoinen keppi **kuluu käytössä** ja taiteltavan kepin kuminauha löystyy ajan myötä. Keppi voi myös vääntyä tai katketa. Aktiiviliikkujilla keppejä tai ainakin niiden kärkiä saattaa kulua useampia vuodessa. Keppejä tulisikin olla käytössä vähintään kaksi, jos yksi menee rikki tai katoaa.

Valkoinen keppi varusteineen on sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksulain mukaan **näkövammaiselle maksuton**. Kepin hankkimiseen tarvitaan maksusitoumus oman kotikunnan terveyskeskuksesta tai keskussairaalaista. Maksusitoumus toimii tilauksena, kun se toimitetaan Aviris-apuvälinemyymälään.

#### **Lisätietoa saat:**

- Kuntoutus-liriksestä: p. 09 396 041, [www.nkl.fi/fi/kuntoutus](http://www.nkl.fi/fi/kuntoutus)
- Apuvälinemyymälä Aviriksestä: [www.aviris.fi](http://www.aviris.fi)
- Alueesi keskussairaalan liikkumistaidon ohjaajilta