

ViHS



Videnscenter for
Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri

Sådan følges I ad – når den ene er blind eller svagsynet



SOCIALSTYRELSEN – VIDEN TIL GAVN

Sådan følges I ad

– når den ene er blind eller svagsynet



Kolofon

Titel:

Sådan følges I ad
– når den ene er blind eller svagsynet

Copyright © 2012

Instituttet for Blinde og Svagsynede
Videnscenter for Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri

Udgivet af:

Instituttet for Blinde og Svagsynede
Videnscenter for Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri, 2012
4. udgave, 1. oplag
Trykt udgave: ISBN 978-87-92905-37-6
Elektronisk udgave: ISBN 978-87-92905-38-3

Forfatter:

Lisbeth Hallestad, Instituttet for Blinde og Svagsynede

Redaktion:

Bendt Nygaard Jensen og Marie Herholdt Jørgensen

Illustrationer: Neel de Thurah Simonsen

Layout: 4PLUS4

Tryk: Rosendahls Schultz Grafisk A/S

Videnscenter for Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri
Landemærket 9
1119 København K

Yderligere eksemplarer af denne pjece fås gratis og kan bestilles eller downloades på www.socialstyrelsen.dk under menupunktet Udgivelser.



Videnscenter for Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri

Videnscenter for Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri er en enhed i Socialstyrelsen, Socialministeriet. Videnscentrets opgave er at udvikle, indsamle, bearbejde og formidle viden om handicap, hjælpemidler og socialpsykiatri med henblik på at bistå kommuner, regionale og private tilbud med udvikling og kvalificering af de lokalt forankrede rådgivnings- og vejledningstilbud.



Indholdsfortegnelse

Indledning	4
Råd til ledsageren	5
Råd til den blinde/svagsynede	7
Ledsagning	
Sådan holder I fast i hinanden	8
Sådan passerer I sammen et smalt sted	11
Sådan skifter I side	12
Sådan skifter I retning	13
Sådan går I sammen gennem en dør	14
Sådan går I sammen op eller ned ad en trappe	16
Stole	20
Ukendte lokaler	21
Toiletter	21
Udendørs	21
Bildøre	22
På indkøb	23
Rulletrapper	23
Førerhund	24
Kørestole	25
Kort om mobility	26

Indledning

Dette hæfte er især skrevet til den blinde/svagsynede og hans familie, venner og kolleger samt til fagfolk, der indimellem kommer i kontakt med blinde/svagsynede.

Hvis man er blind eller svagsynet, er det ofte en god løsning at benytte en seende ledsager. Det er en sikker og effektiv måde at færdes på, især i ukendte omgivelser, eller hvis der er midlertidige ændringer i de kendte omgivelser. Når en blind eller svagsynet person ledsages af en seende, er det praktisk, at begge er enige om, hvordan det skal foregå, og hvordan man fx håndterer døre, trapper osv.

Dette hæfte giver en kort gennemgang af de grundlæggende teknikker, som det kan være praktisk, at begge parter kender. De kaldes under ét for ledsageteknik. Hvis man ofte følges ad, vil man sikkert tilpasse nogle af dem og finde sin egen måde at gøre det på. Mange svagsynede har en synsrest, som er en hjælp, når man skal orientere sig. Mange har kun problemer om aftenen eller om natten, eller når der er dårlig belysning. Det kan derfor være afhængigt af situationen, om man gerne vil ledsages, eller om man helst vil klare sig selv.

Ledsageteknik er faktisk ikke så svært. Det vigtigste er, at den seende ikke skubber den blinde/svagsynede foran sig eller uopfordret slæber af med ham. Ledsageteknik er tænkt som et ligeværdigt samarbejde mellem de to personer, der følges ad. Ofte er både den blinde/svagsynede og den seende usikre på, hvordan man skal forholde sig. Derfor indledes hæftet med nogle råd til begge parter. Derefter følger en gennemgang af de grundlæggende ledsageteknikker og en række særlige situationer. For nogle af punkterne er der desuden beskrevet nogle variationer, som kan benyttes, hvis den person, der ledsages, er gangbesværet eller har brug for ekstra støtte, fx på grund af svimmelhed.

Råd til ledsageren

- Sig, hvem du er, når du møder en person, der er blind eller svagsynet. Det er ikke altid let at genkende folk på stemmen alene.
- Hvis du vil give hånd, så sig, at du gør det.
- Brug altid den blinde/svagsynedes navn, når du taler til ham i en gruppe, så han ved, at det er ham, du henvender dig til.
- Vend ansigtet mod den blinde/svagsynede, når du taler til ham.
- Brug ordet "se" på helt normal vis.
- Sig dit navn, hver gang du kommer ind i lokalet, og når du forlader det igen. Det er ikke rart at skulle gætte sig til, hvem der er i lokalet – eller at tale til en, der er gået sin vej.

For enkelhedens skyld omtales den blinde/svagsynede som "han" og den seende ledsager som "hun" i dette hæfte.

Det afspejler også rollefordelingen i den film, som er udgivet på baggrund af dette hæfte (se side 27).

Desuden har den blinde/svagsynede altid mørkt hår på billederne.

- Når du skal vise den blinde/svagsynede noget, så undlad at flytte på hans hænder. Lad ham i stedet følge din arm/hånd ned til genstanden.
- Undgå at lade døre eller skabslåger stå halvåbne, og sæt stole på plads efter dig, ellers risikerer den blinde/svagsynede at støde ind i dem.
- Hvis du vil advare den blinde/svagsynede, så undlad at bruge "alarm-udtryk" som fx "pas på!", medmindre der virkelig er fare på færde. Giv i stedet en besked, der kan bruges, fx "der står en kaffekop lige foran din højre hånd".
- Personale og fagpersoner på fx hospitaler eller plejehjem bør ud over at præsentere sig også sige, hvad deres ærinde er.
- Efterlad aldrig en helt blind person alene uden et fast holdepunkt. Vis ham i stedet hen til en stol, en væg eller andet, der har en kendt placering.
- Hvis du er i tvivl om, hvorvidt den blinde/svagsynede ønsker hjælp, så spørg! Lad være med bare at gribe fat i ham eller gøre ting for ham. Tit vil han måske helst klare sig selv.



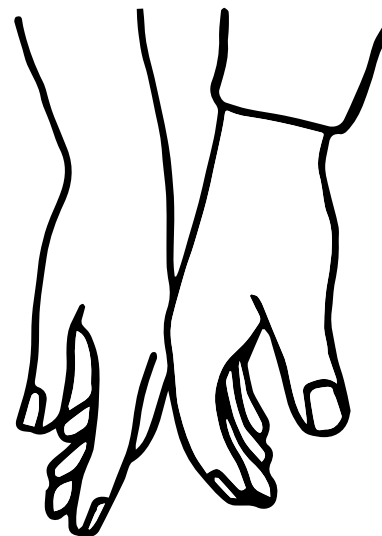
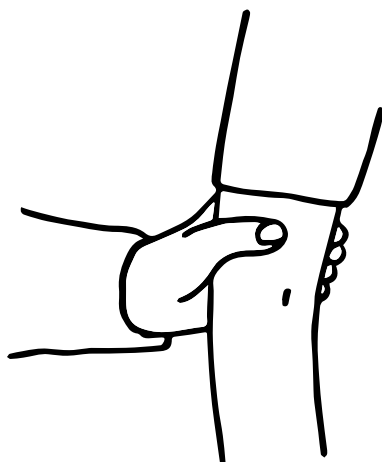
Råd til den blinde/svagsynede

- Gør din indflydelse gældende. Sig til, hvis du gerne vil have hjælp – og hvis du helst vil være fri.
- Forklar, hvilken hjælp du gerne vil have. De fleste vil gerne hjælpe, men mange er usikre og bange for at gøre noget forkert.
- Hvis en seende tager fat i dig for at ledsage dig, så gør opmærksom på, at du helst vil holde fast i hende.

Ledsagning

Sådan holder I fast i hinanden

Det er den blinde/svagsynede, der holder fast i ledsageren, ikke omvendt. Ledsageren kan vise, hvor hun er, ved at berøre bagsiden af den blinde/svagsynedes hånd.

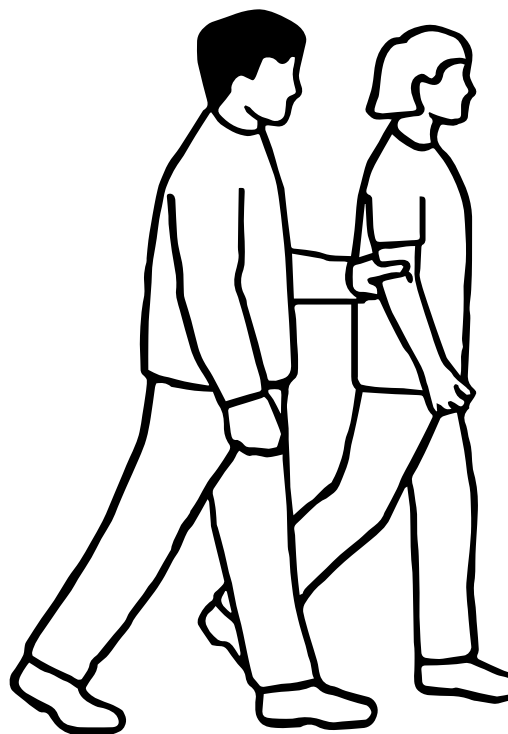


Den blinde/svagsynede tager fat i ledsagerens arm over albuen med et "gaffelgreb", dvs. med tommelfingeren på ydersiden af ledsagerens arm og de fire fingre ind mod ledsagerens krop.

Håndleddet skal være strakt. Den arm, som den blinde/svagsynede har fat i, kaldes her i teksten "ledsagearmen"; hånden på den side kaldes "ledsagehånden".

Ledsagearmen kan være strakt eller bøjet, men begge parter skal holde overarmen tæt ind til kroppen – så mærkes bevægelserne bedre.

Det vigtigste er, at ledsageren går lidt foran den blinde/svagsynede, så hun kan fungere som ”skjold”.



Ledsageren skal gå et lille skridt foran den person, der ledsages.

På den måde kan ledsageren bedst med bevægelser og ord signalere, hvad der skal foregå.

Det gør det også muligt for den blinde/svagsynede at tage aktivt del i ledsagningen, fx regulere tempoet, lukke døre og selv afgøre, hvornår ledsagningen afsluttes.

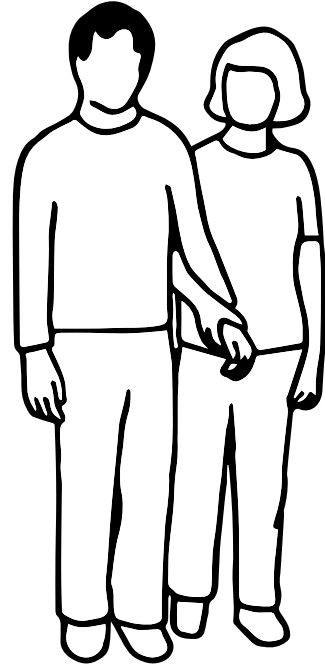
Ledsageren skal så vidt muligt gå i lige linjer og rette vinkler – det letter orienteringen for den blinde/svagsynede. Og husk, at I fylder for to.

Ved stor højdeforskel kan den blinde/svagsynede enten lægge hånden på ledsagerens skulder eller holde med gaffelgreb rundt om håndledet.

Ekstra støtte

Hvis den person, der ledsages, er dårligt gående eller usikker, kan ledsageren give ekstra støtte ved at bruge det støttende greb: Tag den blinde/svagsynede under armen, og hold fast i hans hånd, hvis armlængden tillader det, eller rundt om hans håndled eller arm.

Samtidig med støttegrebet kan ledsageren eventuelt række over og tage fat i den blinde/svagsynedes frie hånd.

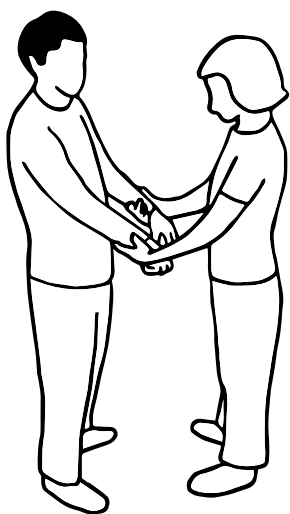
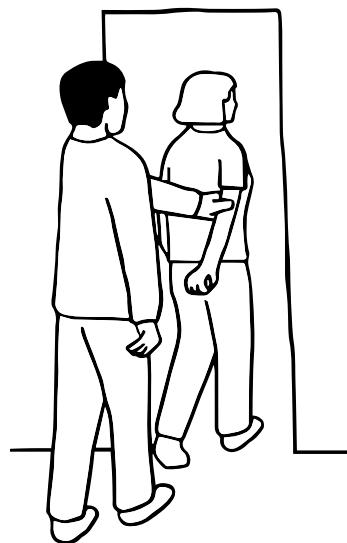


Sådan passerer I sammen et smalt sted

Ved at føre sin strakte ledsagearm om bag ryggen kan ledsageren markere, at der er smal passage. På den måde trækker hun nærmest den blinde/ svagsynede ind bag sig i gåsegang. Samtidig kan hun fortælle den person, der ledsages, at de nu skal gennem et sted, hvor der er smal passage.

Den blinde/svagsynede træder ind bag ledsageren og strækker armen for ikke at træde hende i hælene. Det er bedst, hvis ledsageren ikke vender sig om eller drejer kroppen – det kan forvirre den blinde/svagsynede. I nogle situationer, fx mellem stolerækker i et teater, kan I vælge begge to at gå sidelæns.

Når det smalle sted er passeret, fører ledsageren sin ledsagearm tilbage til udgangspositionen, og I fortsætter som oprindeligt.



Ekstra støtte

Hvis der er behov for endnu mere støtte, kan ledsageren gå baglæns foran den blinde/svagsynede og give ekstra støtte ved at holde rundt om begge hans underarme.

Hvis I skal passere et smalt sted eller et sted, hvor der er trængsel, fungerer det bedst, hvis den blinde/svagsynede træder ind bag ledsageren og går i gåsegang uden at slippe grebet i ledsagerens arm.

Sådan skifter I side

I nogle situationer kan det være hensigtsmæssigt, at den blinde/svagsynede skifter side for at holde i ledsagerens anden arm. Det kan fx være, når man skal gennem en dør, for at få fat i et trappegelænder, på befærdede steder, eller hvis man bærer på noget tungt.

Begge parter kan foreslå et sideskift. Sideskiftet kan foretages, enten mens I går, eller når I står stille. Det er vigtigt, at den blinde/svagsynede ikke slipper kontakten til ledsageren.

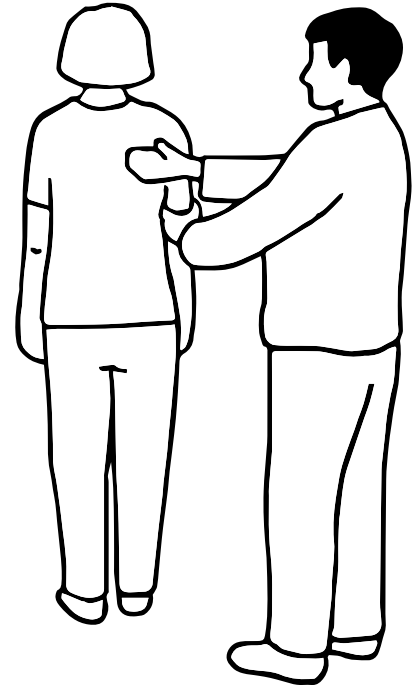
Når der skal skiftes side, lader den blinde/svagsynede sin frie hånd glide hen over ledsagerens ryg og griber den modsatte arm, inden han slipper grebet i den arm, han først havde fat i.

Når I skifter side (bytter plads), er det den blinde/svagsynede, der går bag om ryggen på ledsageren og stiller sig ved hendes anden side.

Herefter fortsætter I som før, bortset fra at I nu har byttet plads.

Af hensyn til den blinde/svagsynedes orientering og retningsfornemmelse er det vigtigt, at ledsageren ikke drejer overkroppen, men holder retningen.

Af hensyn til orienteringen er det også den blinde/svagsynede, der skifter side bag ryggen af ledsageren, mens ledsageren bliver stående på samme sted.



Sådan skifter I retning

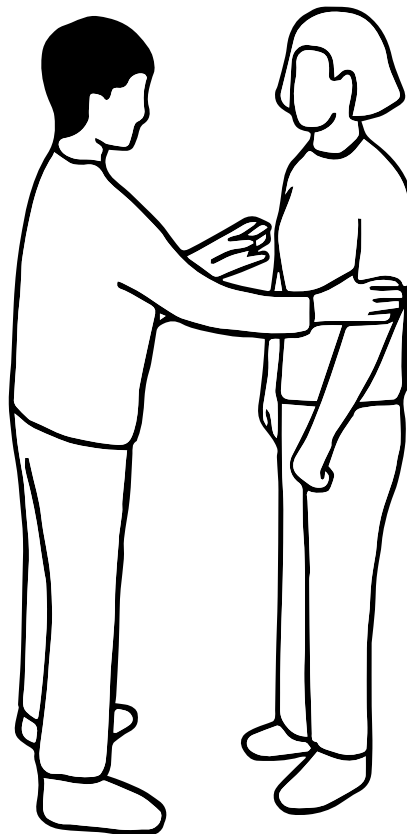
Den blinde/svagsynede må ikke slippe ledsageren.

Den blinde/svagsynede tager derefter fat med sin frie hånd om ledsagerens anden arm og slipper først det oprindelige greb, når det nye greb er etableret.

Herefter drejer I jer, så I begge står med ansigtet i den retning, I kom fra.

Når I begynder at gå igen, genetablerer I positionen, hvor den blinde/svagsynede går et halvt skridt bag ledsageren.

Hvis I ønsker at vende rundt og gå i modsat retning på et sted, hvor der ikke er så meget plads, fx i en elevator eller i en forretning, stopper I op og vender jer mod hinanden, så I står ansigt til ansigt.

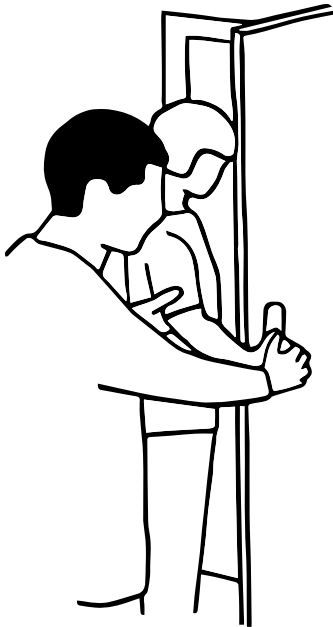
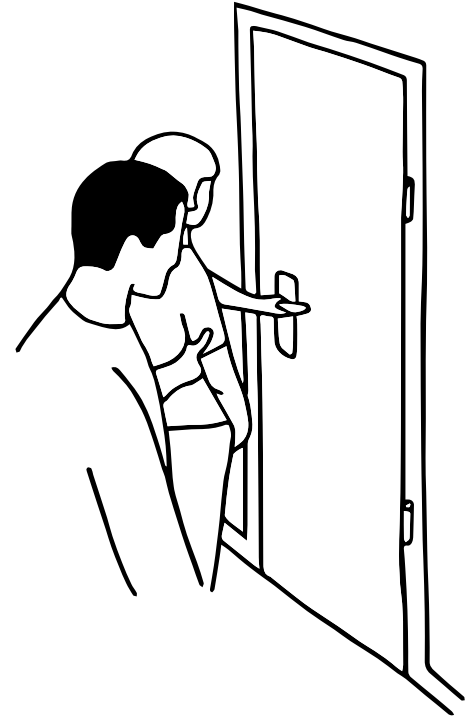


Sådan går I sammen gennem en dør

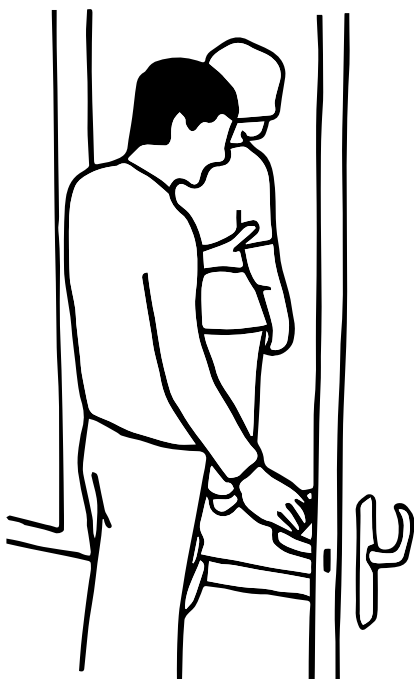
Det er nemmest, hvis den blinde/svagsynede befinder sig i den side, hvor dørens hængsler er, så det kan være nødvendigt at skifte side, inden I går gennem døren.

Ledsageren åbner døren med sin frie hånd og lægger derefter sin ledsagehånd på håndtaget.

Den blinde/svagsynede følger ledsagerens arm ned til håndtaget. Hvis døren åbner udad, tager han først fat i håndtaget, efter at I begge er gået gennem døren.

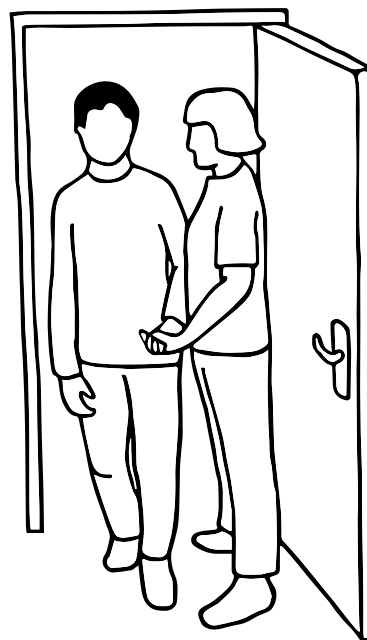


Når I kommer til en dør, fungerer det bedst, hvis ledsageren åbner døren og går først igennem; derefter går den blinde/svagsynede gennem døren (i gåsegang) og lukker døren uden at slippe ledsageren.



Nu går først ledsageren og derefter den blinde/ svagsynede gennem døren (i gåsegang). Det er den blinde/ svagsynede, der lukker døren.

Den blinde/svagsynede må på intet tidspunkt give slip på sin ledsager.



Ekstra støtte

Ledsageren går baglæns (forrest) og holder den blinde/ svagsynede i hænderne eller rundt om underarmene.

eller

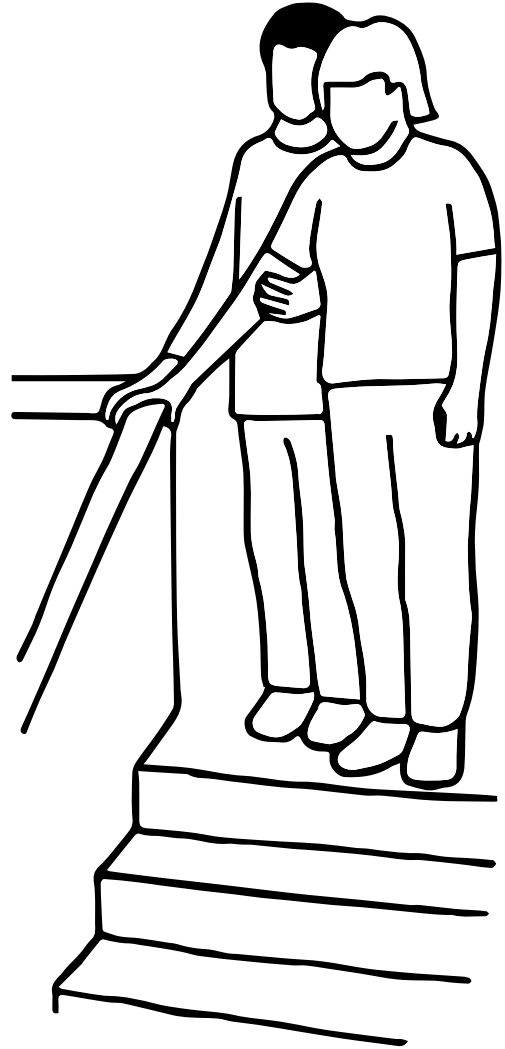
Ledsageren bevarer støttegrebet, men stiller sig sidelæns i døren og går sidelæns igennem. Ledsageren håndterer døren med sin frie hånd. Hvis døråbningen er for smal, går ledsageren baglæns.

Sådan går I sammen op/ned ad en trappe

Når I kommer hen til en trappe, placerer ledsageren sig helt henne ved det første trin og fortæller den blinde/svagsynede, om trappen går op eller ned. Ledsageren skal først fortælle om trappen, når I er helt henne ved den.

Ledsageren træder ned/op på det første trin og venter, til den blinde/svagsynede er fremme ved trinnet. Den blinde/svagsynede er stadigvæk et skridt bag ledsageren.

Det vigtigste, når I går på trapper sammen, er, at ledsageren går et trin foran den blinde/svagsynede og husker at sige, om trappen går op eller ned.



Sammen går I ned/op ad trappen et trin forskudt. Når den blinde/svagsynede er færdig med trappetrinnene, stopper ledsageren op.

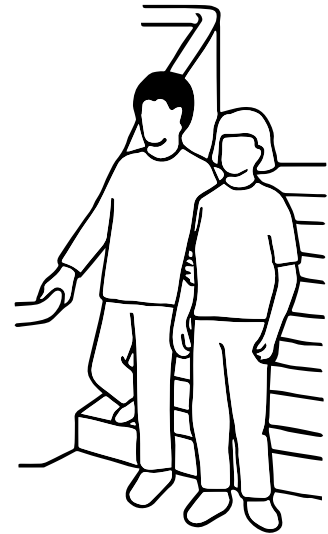
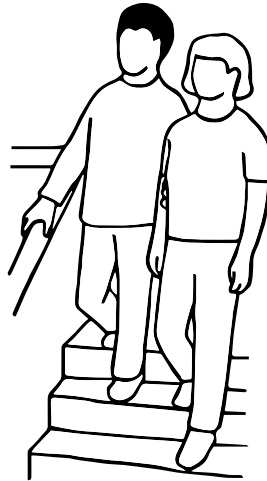
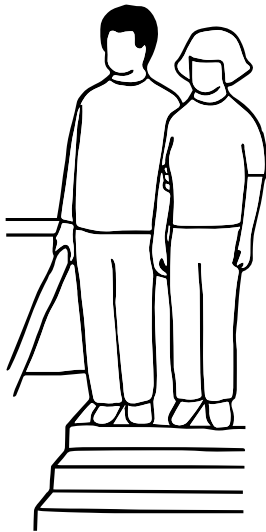
Hvis der er et gelænder, kan ledsageren vise den blinde /svagsynede, hvor det er, så kan han følge gelænderet med sin frie hånd, hvis han vil. Den letteste måde at finde gelænderet på er, hvis han lader sin frie hånd glide ned langs ledsagerens arm og ned til gelænderet.

Hvis trinnenes bredde varierer (fx vindeltrappe), skal den blinde/svagsynede gå i den side, hvor trinnene er bredest.

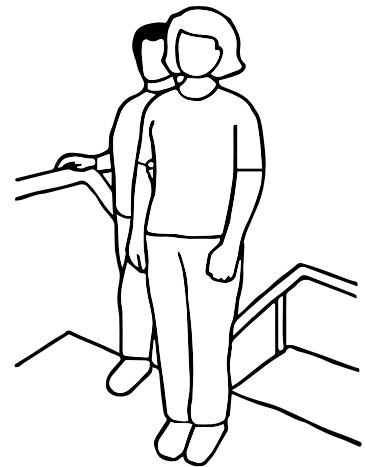
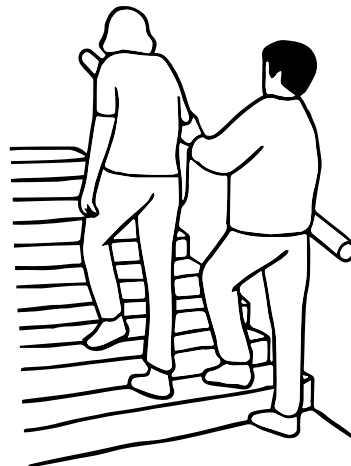
Det vil altså sige, at ledsageren stopper tre gange:

- **Første gang,**
når ledsageren står ved starten af trappen.
- **Anden gang,**
når ledsageren er et trin oppe/nede, og den blinde/svagsynede er nået hen til trappens start.
- **Tredje gang,**
når ledsageren har set, at den blinde/ svagsynede er færdig med trappetrinnene.

Ned ad trappe:



Op ad trappe:



Det er vigtigt, at ledsageren først stopper, når den blinde/svagsynede er nået op/ned.



Ekstra støtte

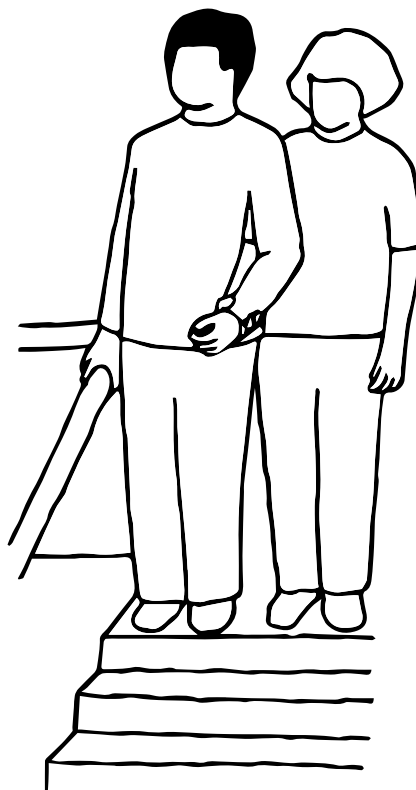
Hvis der er brug for ekstra støtte, kan ledsageren benytte det støttende greb og gå på samme trin som den blinde/svagsynede og med samme fod forrest.

Eller ledsageren kan gå baglæns på trappen foran den blinde/svagsynede, mens grebet bevares. Begge holder da fast i gelænderet.

Blinde/svagsynede med stok foretrækker ofte at blive ledsaget hen til trappen og selv gå op eller ned.

Særligt angstelige personer kan vælge at gå baglæns ned ad trappen med støtte af gelænderet, mens ledsageren står nederst på trappen som sikkerhed.

Alle niveauforskelle (fx kantsten eller huller i vejen) og store skift i underlaget (fx fra flisegang til græsplæne eller når underlaget skrånere) behandles på samme måde som trapper.



Stole

Hvis den blinde/svagsynede ønsker at sidde ned, viser ledsageren ham stolen ved at lægge sin ledsagehånd på stoleryggen bagfra, hvis det muligt, og ellers på armlænet eller sædet. Så kan den blinde/svagsynede følge ledsagerens arm ned til stolen. Ledsageren forklarer, hvordan stolen er placeret i rummet, og lader den blinde/ svagsynede selv klare resten. Den blinde/svagsynede skal altid huske at tjekke med hånden, om sædet er tomt, inden han sætter sig.

Ved stolerækker, fx i teatret eller i fly og tog, går I begge sidelæns ind med ledsageren forrest. Den blinde/svagsynede kan da følge stolerækken foran med sin frie hånd.



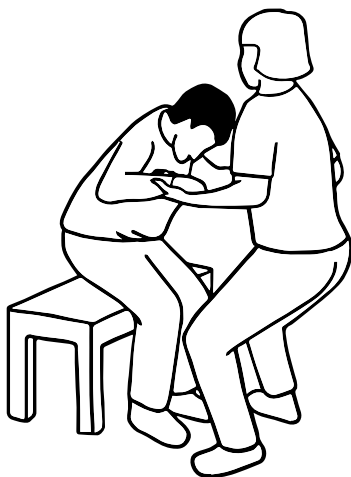
Ekstra støtte

Den blinde/svagsynede skal være foran stolen og have kontakt med begge knæhaser. Han gives et armlæn eller et bord til at støtte sig til, mens han sætter sig ned.

Ledsageren kan enten stille sig ansigt til ansigt med den blinde/ svagsynede og holde fast i hans hænder eller overarme for at støtte ham, mens han sætter sig,

eller

stille sig om bag ved stolen, når den blinde/svagsynede har fundet stolen, for at sikre, at den ikke rykker baglæns, når han sætter sig.



Ukendte lokaler

Hvis I er i et værelse eller et rum, som den blinde/svagsynede ikke kender, kan ledsageren beskrive rummet for ham, hvis han ønsker det. Det letter orienteringen og kan være rart at vide. Fx beskrives rummets størrelse, vinduernes placering og møbleringen i store træk. Giv eventuelt den blinde/ svagsynede mulighed for selv at gå rundt i rummet. Det kan også være rart at vide, hvordan man åbner vinduet eller skruer op/ned for varmen.

Toiletter

Ved brug af et fremmed toilet kan den blinde/svagsynede få brug for en kort orientering om, hvordan toilettet er indrettet, hvor papiret befinder sig, hvordan man skyller, og hvor håndvask, sæbe og håndklæde befinder sig. Hvis toilettet eller håndklædet er snavset, bør man orientere ham om det, så han selv kan tage sine forholdsregler.

Udendørs

Når I følges ad på et fortov, er det vigtigt, at den blinde/svagsynede får lov til at gå midt på fortovets ene flise. Hvis ledsageren går der, vil den blinde/svagsynede komme til at gå oven på chauséstenen i midten, hvilket er utrygt og ubehageligt. Hvis det er et befærdested med mange andre fodgængere, er det rarest for den blinde/svagsynede at gå på den side af ledsageren, der vender væk fra de modgående.

Bildøre

Når den blinde/svagsynede skal sætte sig ind i bilen, lægger ledsageren sin ledsagehånd på bildørens håndtag. Derefter følger den blinde/svagsynede med sin frie hånd ledsagerens arm ned til håndtaget og åbner døren.

Ledsageren viser derefter, hvor bilens tag er. Den blinde/svagsynede lægger én hånd på taget af bilen og én hånd oven på bildøren, mens han sætter sig ind.



Den blinde/svagsynede skal vente med at åbne eller lukke døren, til ledsageren udtrykkeligt siger, at det er i orden (når der ikke er fx cyklister eller parkerede biler i vejen eller fingre, der kan komme i klemme). Det gælder både ved ind- og udstigning.

Den blinde/svagsynede skal altid huske at tjekke med hånden, om sædet er tomt, inden han sætter sig.

Det vigtigste er at vise den blinde/svagsynede dørhåndtaget; derefter klarer han sig selv.

På indkøb

I supermarkedet er det en god ide at lade den blinde/svagsynede køre indkøbsvognen på normal vis, mens ledsageren går foran og styrer vognen.

Ledsageren må ikke acceptere, at samtaler mellem den blinde/ svagsynede og personalet i forretningen (eller fx på posthuset) går igennem hende, men lade ham tale for sig selv. Det samme gælder i forhold til tjeneren, når man er på restaurant.



Rulletrapper

Når I står ved en rulletrappe, fortæller ledsageren om trappen, og om den går op eller ned. Derefter viser ledsageren, hvor håndlisten er. Den blinde/ svagsynede kan eventuelt vælge at slippe ledsageren og gå ud på trappen alene med ledsageren forrest.

Den blinde/svagsynede kan stå med en fod på hvert trin for derigennem at få at vide, hvornår trappen ender. Han kan eventuelt løfte tærne lidt på den forreste fod. Når man er nået til slutningen af trappen (markeres af, at håndlisten og trinnene flader ud), er det vigtigt, at den blinde/svagsynede bliver modtaget af ledsageren og går videre med det samme for ikke at stå i vejen for de næste, der kommer kørende.

Førerhund

Hvis den blinde/svagsynede har en førerhund, skal ledsageren nærme sig fra den side, der er modsat hunden. Ledsageren må ikke gribe fat i bøjlen eller snoren, da den blinde/svagsynede skal være den, der har kontrollen over hunden.

Ledsageren går altid på siden modsat hunden. Nogle blinde/svagsynede foretrækker at gå ved siden af ledsageren uden at holde fast i dennes arm og bruge hunden.

Hvis den blinde/svagsynede ønsker at gribe fat i ledsagerens arm slippes hundens bøjle, og den føres kun i snor, da hunden så ikke mere har ansvaret. I visse situationer kan ledsageren også gå foran, således at hunden følger efter.

Det er altid den blinde/svagsynede, der giver anvisninger til hunden, da det skal være helt klart for hunden, hvem der har kommandoen.

Går man på steder, der strider imod, hvad hunden har lært (fx på skrå eller på selve gaden), skal bøjlen også slippes og hunden føres i snor, så den ved, at den ikke mere har ansvaret.



Kørestole

Hvis den blinde/svagsynede er kørestolsbruger, er det vigtigt, at ledsageren skaber tryghed og inddrager ham i, hvad der foregår, ved at fortælle om ruten og om, hvad man passerer undervejs. Ledsageren skal altid fortælle den blinde/svagsynede, hvor turen går hen.

Vælg altid den samme rute og de samme kendemærker (fx lyde, lys og lugte samt genstande, man kan nå fra kørestolen) til et givet bestemmelsessted. Ledsageren skal så vidt muligt dreje vinkelret; det letter orienteringen. Hun må ikke køre baglæns med stolen – det er meget ubehageligt for den blinde/svagsynede. (Det er dog nødvendigt, når man skal over kantsten).

Ledsageren bør fortælle, hvad der sker undervejs, og holde pauser ved niveauændringer og andre forandringer for at undgå, at den blinde/svagsynede bliver forskrækket eller utryg.

Det tager tid at ledsage; ledsageren bør koncentrere sig om den blinde/svagsynede og ikke samtale med andre samtidig.

Ledsageren skal give den blinde/svagsynede besked, hvis der skiftes ledsager undervejs.

Kørestolens fodstøtter må ikke bruges til at åbne døre med. Hvis det er muligt, kan den blinde/svagsynede selv køre stolen gennem døråbningen, mens ledsageren holder døren åben. Ellers kan ledsageren trække stolen igennem.

Kort om mobility

Dette hæfte har beskrevet ledsageteknik – hvordan man som blind eller svagsynet kan færdes med en seende ledsager. Evnen til at færdes selvstændigt (uden ledsager) med en alvorlig synsnedsættelse kaldes mobility.

Undervisning i mobility for voksne kan ske tre steder:

- Der tilbydes undervisning lokalt via den regionale eller kommunale synsrådgivning.
- Den kommunale eller regionale synsrådgivning kan henvise til Institut for Blinde og Svagsynede, som gennemfører kurser for personer, der har fået en alvorlig synsnedsættelse. I disse kurser indgår mobility som en væsentlig bestanddel.
- Dansk Blindesamfund afholder hvert år kortere kurser for personer, der har fået en alvorlig synsnedsættelse (senblindekurser). Her indgår mobility i kursusprogrammet.

Mobilityundervisning for børn sker enten på Synscenter Refsnæs i Kalundborg eller lokalt efter aftale med den kommunale eller regionale synskonsulent.

Instituttet for Blinde og Svagsynede tilbyder kurser for personale og fagpersoner, der arbejder med blinde/svagsynede. Institutet har også konsulenter, der rejser ud, og som tilbyder rådgivning og vejledning til blinde/svagsynede og fagpersonale.

”Sådan følges I ad” – andre formater og supplerende materiale

Film: I 2004 producerede Institut for Syn og Teknologi i Ålborg en 12 minutters film på baggrund af hæftet ”Sådan følges I ad”. Filmen fås som DVD på henholdsvis engelsk og dansk.

Plakat: Der er udgivet en plakat, som viser de vigtigste grundteknikker med illustrationer fra hæftet. Plakaten er udformet af Karin Rask, Institut for Syn og Teknologi, i samarbejde med Lisbeth Hallestad, Institutet for Blinde og Svagsynede, og det daværende Videncenter for Synshandicap, nu ViHS. Plakaten fås på dansk og engelsk.

Hæftet – sprog og formater: Hæftet fås på engelsk i en elektronisk udgave til download. Det dansksprogede hæfte fås også som DAI-SY-lydbog.



Scan koden og se filmen:



Dansk



Engelsk

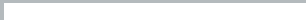
”Med kniv og gaffel – om at spise, når man er blind eller svagsynet”

Mange blinde og svagsynede bryder sig ikke om at spise sammen med andre, fordi de har svært ved at orientere sig i forhold til, hvad der er på bordet og tallerkenen, eller er bekymrede for at komme til at spilde. Hæftet ”Med kniv og gaffel” (2000; 2. udgave 2007) beskriver nogle enkle teknikker, man som blind eller svagsynet kan anvende, så man kan nyde et måltid sammen med andre og koncentrere sig om det gode samvær i stedet for at bekymre sig om spisningen.

Hæftet er skrevet af Inge Kyhl og udgivet af det tidligere Videncenter for Synshandicap, nu ViHS, og Instituttet for Blinde og Svagsynede.

Bestilling: Alle materialer kan bestilles hos Socialstyrelsen via shop.socialstyrelsen.dk/collections/handicap/synshandicap





Videnscenter for Handicap, Hjælpemidler og Socialpsykiatri

T: 72 42 41 00

E: vihs@socialstyrelsen.dk

Læs mere på

www.socialstyrelsen.dk