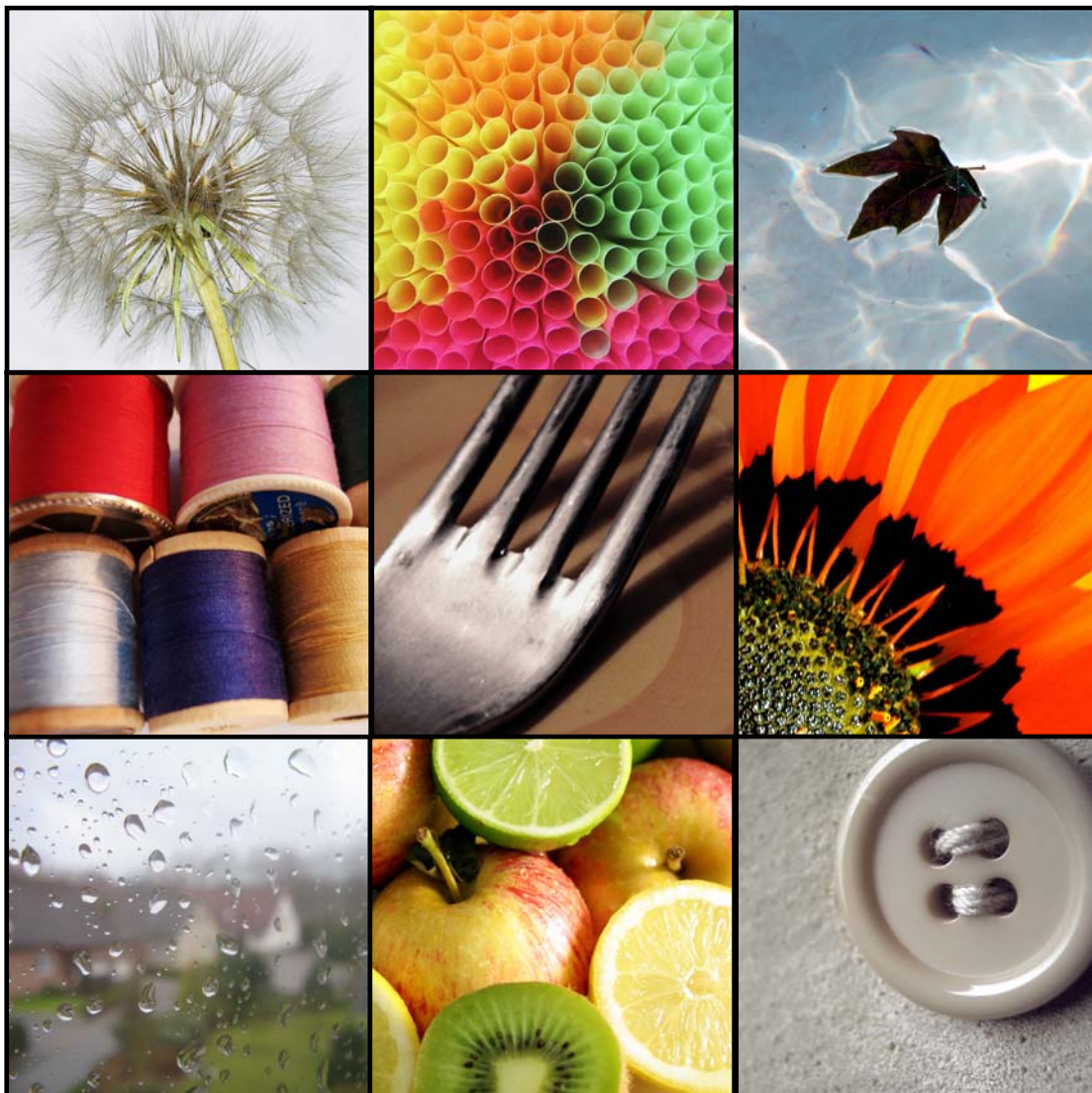


# **Specialpædagogisk arbejde med mennesker med udviklingshæmning og synsproblemer**

- metoder, overvejelser og fysisk tilrettelæggelse



**Af Inger Lundsten, ASIUS**  
**Udgivet af Videncenter for Synshandicap**



## **Specialpædagogisk arbejde med mennesker med udviklingshæmning og synsproblemer – metoder, overvejelser og fysisk tilrettelæggelse**

**Forfatter:** Inger Lundsten

Inger Lundsten er uddannet pædagog og har i en lang årrække arbejdet med personer med udviklingshæmning og medarbejdere, der arbejder for dem. Inger Lundsten har en synsfaglig efteruddannelse og arbejder nu som ASIUS' uddannelseskoordinator. Forfatteren kan kontaktes via netstedet [www.asius.dk](http://www.asius.dk).

2. udgave, oktober 2008

ISBN: 978-87-91637-53-7

**Udgiver:** Videncenter for Synshandicap indsamler, bearbejder og formidler viden om synshandicap og synshandicappede. Videncentret har en landsdækkende funktion og iværksætter og deltager i projekter og aktiviteter, som støtter vidensindsamling og vidensformidling.

**Tryk:** NBV Hjørring

Dette hæfte er gratis. Gengivelse af dette materiale eller dele heraf er tilladt med kildehenvisning. Dette gælder dog ikke for bilag 1, hvor man skal henvende sig til Videncenter for Synshandicap.

Videncenter for Synshandicap

Rymarksvej 1

2900 Hellerup

Tlf. 39 46 01 01

Fax 39 61 94 14

[www.visinfo.dk](http://www.visinfo.dk)

[visinfo@visinfo.dk](mailto:visinfo@visinfo.dk)



## Forord

Denne samling af specialpædagogiske metoder, overvejelser og anvisninger på tilrettelæggelse af svagsynsvenlige miljøer er blevet til på baggrund af opfordring fra nøglepersoner i ASIUSnetværket. ASIUSnetværket er et landsdækkende netværk af nøglepersoner fra alle amter. ASIUS står for Aktiv Styrket Indsats for Udviklingshæmmede med Synsnedsættelse, som blev etableret i 2004.

Hæftet er skrevet til medarbejdere, der arbejder med borgere med udviklingshæmning.

Det skal her fra start understreges, at dette ikke er en endegyldig samling eller en fuldstændig beskrivelse af, hvordan man kan praktisere specialpædagogik, eller af alt, hvad der i øvrigt er vigtigt at gøre.

Ved udarbejdelsen af hæftet er det i al tydelighed gået op for mig, hvor handicappede det kan være for en person, når der ikke kompenseres for en synsnedsættelse. Med egne øjne har jeg set, hvor meget større livskvalitet og selvstændighed de rette specialpædagogiske metoder og hensyn giver mulighed for. Jeg vil her især gerne understrege vigtigheden af at udnytte den faglige ekspertise, der findes hos synskonsulenterne.

Jeg vil gerne takke ASIUS-nøglepersoner og alle andre, der har bidraget til udarbejdelsen af dette hæfte. Her skal særligt nævnes viceforstander og synskonsulent Karin Rask, Region Nordjylland, som undervejs har bidraget med vigtig viden og gode spørgsmål samt gennemlæsning af teksten.

Videncenter for Synshandicap skal også have tak for redigering og trykning af hæftet.

Jeg vil gerne opfordre læserne til at kontakte mig, hvis de ønsker at bidrage med deres erfaringer og viden om eventuelle udviklingsprojekter vedrørende specialpædagogik til personer med udviklingshæmning og synsnedsættelse.

– *Inger Lundsten*



# INDHOLD

## Forord

<b>Baggrund</b> .....	s. 1
Tegn på synsnedsettelse .....	1
Regelmæssig synsundersøgelse .....	2
Optiker/øjelæge .....	2
Synsrådgivning .....	3
Samarbejdspartnere .....	3
Synsfaglig efteruddannelse .....	4
Handleplan (Servicelovens § 141) eller undervisningsplan (specialskoleregi) .....	4
Synsdiagnose .....	4
Briller og hjælpemidler .....	5

<b>Følggevirkninger af alvorlig synsnedsettelse</b> .....	s. 5
Musik og støj .....	6
Ting tager lang tid .....	6
Udtrætning .....	6
Social isolation .....	6

## Specialpædagogiske metoder, overvejelser

<b>og svagsynsvenlige miljøer</b> .....	s. 6
Kommunikation .....	7
• Kommunikation til omgivelserne	
• Verbal kommunikation	
• Tegn til Tale	
• Billedmateriale	
• TV, telefon og cd-/ båndafspillere	
• Social inkludering	
Udvikling af nye kompetencer .....	8
De fysiske rammer .....	8
• Boligindretning	
• Struktur og orden	
• Tilgængelighed	
• Døre og låger	
• Godt lys	
• Blænding	
• Ledelinjer	
• Kendemærker	
• Markeringssystemer	
• Kontraster og farver	

Ledsageteknik og mobility .....	12
Måltider .....	13
Hjælpemidler .....	14
Formidling af de specialpædagogiske metoder .....	14

**Bilag 1:** Regelmæssig synsundersøgelse af udviklingshæmmede  
– vejledning til kontaktpersoner

**Bilag 2:** Supplerende læsning

**Bilag 3:** "Dækkeserviet"



## **Baggrund**

Undersøgelser viser, at 40–50 % af de mennesker, der har udviklingshæmning, også har en synsnedsættelse. For cirka halvdelen af disse mennesker vil synsnedsættelsen kunne afhjælpes med briller. Resten – ca. 23 % – vil fortsat fungere som svagsynede eller blinde også efter en evt. brillekorrektio n. Dertil kommer de, der afviser at bruge den ordinerede brille.

Summen af vanskeligheder mere end fordobles ved kombinationen af disse to handicap – udviklingshæmning og synsnedsættelse.

I praksis vil blinde og svagsynede ofte bo og have dagbeskæftigelse sammen med seende. Personer med dette, ofte skjulte, dobbelthandicap er særligt afhængige af, hvordan medarbejderne i fællesskab etablerer særlige hensyn i det fysiske miljø og den daglige omgang.

Mennesker med udviklingshæmning er ofte meget lidt opmærksomme på kroppens signaler og sansernes funktionsmåde. Dertil kommer, at mange har vanskeligheder med at kommunikere verbalt og fortælle om deres nedsatte syn. De er derfor særligt afhængige af, at omgivelserne har opmærksomhed på og kendskab til, hvordan den nedsatte synsfunktion påvirker den enkelte.

Når man som medarbejder har ansvaret for personer med denne kombination af handicap – udviklingshæmning og synsnedsættelse – er det vigtigt, at man kombinerer sin pædagogiske viden om udviklingshæmning med en synsfaglig viden.

Det kan være en god ide at beslutte sig for, hvilke specialpædagogiske tiltag man vil indarbejde i den daglige pædagogik. Er det nedskrevet, letter det også formidlingen til nye medarbejdere og pårørende. Det kan desuden fremgå af det enkelte tilbuds servicedeklaration, hvordan man forholder sig fagligt til de beboere eller brugere, der ud over at være udviklingshæmmede også har et synshandicap.

### **Tegn på synsnedsættelse**

Det vil i mange tilfælde – oftest ved grundige iagttagelser – være muligt at observere, at en persons synsevne er nedsat. I hæftet "Synsnedsættelse hos udviklingshæmmede" (Pensdorf & Warburg, 2004) er der en oversigt over de almindeligste tegn i adfærd og udseende, som kan give mistanke om nedsat synsevne.

Nogle personer færdes på trods af alvorlig synsnedsættelse godt i kendte miljøer. Men når de færdes på nye steder, har de behov for hjælp. Der kan også være personer, der ser godt om dagen, men intet kan se, når det er mørkt.

Det er vigtigt at være opmærksom på, at ændret adfærd hos en person kan skyldes, at evnen til at se har ændret sig. Den ændrede adfærd kan også være af udadretterende karakter eller kan vise sig, ved at personen kan blive mere indadvendt og passiv. Der er f.eks. set flere eksempler, hvor man troede, at en person havde begyndende demens, men hvor det viste sig, at den ændrede adfærd skyldtes grå stær (katarakt). Man skal desuden være opmærksom på, at noget medicin som bivirkning kan give forskellige former for synsproblemer.

### **Regelmæssig synsundersøgelse**

Hæftet "Regelmæssig synsundersøgelse af udviklingshæmmede – Vejledning for kontaktpersoner" (Warburg & Jensen, 2006) indeholder anbefalinger om, hvor ofte mennesker med udviklingshæmning bør gå til synskontrol. (Hæftet findes i fuld tekst som bilag 1).

### **Optiker/øjenlæge**

Hvis man har en begrundet mistanke om, at en person med udviklingshæmning har synsproblemer, bør man få foretaget en synsundersøgelse. Voksne kan gå til deres egen øjenlæge eller benytte optikerens tilbud om synstest. Optikeren (optometristen) vil henvise til øjenlæge, hvis der findes sygdomstegn, eller hvis personen er vanskelig at undersøge. Personer med Downs syndrom bør altid undersøges af øjenlæge. (Se bilag 1).

Alle kan opsøge øjenlæge direkte; henvisning er ikke nødvendig. Hvis øjenlægen vurderer, at vedkommende ikke selv kan undersøge patienten, vil han eller hun kunne henvise videre til sygehusvæsenets øjenafdeling. Det er vigtigt, at en person med udviklingshæmning ledsages af nogen, der kender personen godt, og som evt. kan bidrage med iagttagelser fra hverdagen. Erfaringen er, at ikke alle er helt trygge ved at få øjenlægens apparater helt tæt op til ansigtet. Man må på forhånd afklare, hvem der om nødvendigt skal støtte eller holde patientens hoved under undersøgelsen, eller når der evt. skal dryppes øjne forud for en grundigere øjenundersøgelse.

Ved en øjenundersøgelse kan tre forskellige lovgivninger spille sammen:

- Reglerne for magtanvendelse (efter serviceloven)
- Regler for sundhedspersoner, som øjenlægen arbejder efter.
- Loven om Patientrettigheder (§ 9 vedr. stedfortrædende samtykke til behandling. For patienter, der varigt mangler evnen til at give informeret samtykke, kan nærmeste pårørende eller en evt. værge give samtykke til behandling).

Øjenlægen vil kunne oplyse, om synsevnen er nedsat i en sådan grad, at borgeren (og evt. medarbejderne) ret til rådgivning, vejledning og undervisning fra en synsrådgivning.

## Synsrådgivning

Mange steder i landet er synsrådgivningen en del af et kommunikationscenter. Synsstyrke (kaldes også visus) kan beskrives med en såkaldt synsbrøk, der beskriver forholdet mellem personens synsevne og et standardiseret normalt syn. Hvis en person med bedste brille eller kontaktlinse på det bedste øje ser 6/18 eller mindre, vil vedkommende – eller pårørende eller personalet omkring personen – have ret til at modtage gratis råd og vejledning fra den lokale synsrådgivning. 6/18 betyder at personen skal ind på 6 m afstand for at se det samme, som en normalt-seende kan se på 18 m afstand. En synsstyrke på 6/18 kan også angives med decimaltallet 0,33.

Synsrådgivningen rekvirerer dokumentation (diagnose/visus) fra øjenlægen.

<b>Den danske sociale klassifikation af synshandicap</b>		
<b>Kategori:</b>	<b>Synsstyrke (visus)</b>	<b>Betegnelse</b>
A	mellem 6/18 (0,33) og >6/60 (0,1)	Svagsynethed
B	mellem 6/60 (0,1) og >1/60 (0,02)	Social blindhed
C	mellem 1/60 (0,02) og >retningsbestemt lyssans	Praktisk blindhed
D	mellem retningsbestemt lyssans og ingen lyssans	Total blindhed
Kilde: Sundhedsstyrelsen, "Klassifikation af sygdomme", 1993		

Synsrådgivningen vil bl.a. kunne yde gratis vejledning vedrørende indretning af det fysiske miljø i hjemmet, herunder belysning og afmærkning, samt vejledning om og undervisning i teknikker til almindelig daglig levevis (ADL), svagsynshensyn, blinde- og svagsynspædagogik, mobility (teknikker til at færdes selvstændigt) samt afprøvning af relevante hjælpemidler. Synskonsulenten kan også give råd og vejledning ved nybyggerier og større bygningsændringer.

Adresser på synsrådgivninger i hele Danmark kan du få oplyst ved henvendelse til Videncenter for Synshandicap (adresse og tlf. på indersiden af omslaget). Adresser på synsrådgivningerne findes også på ASIUS' webside: [www.asius.dk](http://www.asius.dk), vælg i menuen *nyttige adresser*.

## Samarbejdspartnere

Pårørende, læge, fysioterapeut og andre relevante parter kan have brug for at kende oplysninger om personens syn. Det er vigtigt at huske, at man som medarbejder er omfattet af forvaltningslovens bestemmelser om indhentning af oplysninger og loven om patientrettigheder ved videregivelse af oplysninger.

En årlig dateret samtykkeerklæring fra personen selv eller dennes værgе eller pårørende sikrer, at man overholder lovgivningen.

### **Synsfaglig efteruddannelse**

Der findes flere muligheder for synsfaglig efteruddannelse, der kan supplere pædagoger og andre medarbejderes viden.

University College Lillebælt ([www.ucl.dk](http://www.ucl.dk)) udbyder Pædagogisk Diplomuddannelse i Synsvanskeligheder. Synscenter Refsnæs ([www.synref.dk](http://www.synref.dk)) udbyder medarbejderkurser. Institutet for Blinde og Svagsynede ([www.ibos.dk](http://www.ibos.dk)) udbyder kurser til fagfolk på synshandicapområdet, bl.a. uddannelsen Instruktør for Synshandicappede. ASIUS ([www.asius.dk](http://www.asius.dk)) udbyder temadage og kurser, også individuelt tilrettelagte. De lokale synsrådgivninger kan ved henvendelse evt. arrangere temadage og kurser.

### **Handleplan (Servicelovens § 141) eller undervisningsplan (specialskoleregi)**

Handleplanerne bør indeholde oplysninger om synsdiagnosen og beskrive, hvilke særlige hensyn eller tiltag synsdiagnosen lægger op til. Det vil ofte dreje sig om emner som kommunikation, de fysiske rammer, boligindretning, struktur og orden, belysning, ledelinjer, kendemærker, afmærkning, kontraster og farver, ledsageteknik, mobility og måltidsteknikker. Dertil kommer en beskrivelse af, hvornår og hvordan evt. briller og hjælpemidler benyttes. Handleplanen bør desuden dateres og indeholde navn og adresse på den øjenlæge eller optiker, der sidst blev konsulteret, samt dato for konsultationen og evt. ny dato for konsultation.

Når en person med udviklingshæmning og alvorlig synsnedsættelse skifter til et nyt bo-, dag- eller skoletilbud, er det afgørende, at medarbejderne i det nye tilbud får grundige oplysninger om det hidtidige samarbejde med synskonsulent, specialpædagogiske metoder og anvendelsen af eventuelle hjælpemidler. Et møde med deltagelse af tidligere personale og synskonsulenten vil oftest være den bedste måde at sikre en god overgang på.

### **Synsdiagnose**

Det kan være en god ide at få øjenlægens synsdiagnose "oversat" til almindeligt dansk. Man har som medarbejder brug for at forstå, hvad synsdiagnosen betyder for personen i praksis, for at kunne sætte denne viden i relation til personens øvrige funktionsnedsættelse.

## **Briller og hjælpemidler**

Beskriv, i hvilke situationer og hvordan hjælpemidlerne skal bruges. Nedskriv, hvilke briller der er ordineret, og i hvilke situationer de skal bruges (f.eks. læsebrille til brug ved nærarbejde eller brille, der skal bruges hele tiden). Beskriv, om personen selv tager brillen på, eller medarbejderne skal opfordre til det. Beskriv og lav rutiner for, hvor brillen skal være, når den ikke er i brug. Lav rutiner for, hvornår og evt. også hvordan brillerne pudses. (F.eks. "om morgenen og efter hvert måltid"). Vær opmærksom på, at personen fungerer som svagsynet, hvis han eller hun ikke bruger brillen i de situationer, den er ordineret til.

Førtidspensionister vil i nogle tilfælde være berettiget til økonomisk hjælp til anskaffelse af briller. Spørg den kommunale sagsbehandler.

## **Følggevirkninger af alvorlig synsnedsættelse**

Tidspunktet for synsnedsættelsens opståen påvirker personens udvikling og virkelighed meget forskelligt. Der er stor forskel på at være født blind eller stærkt svagsynet og at blive det, efter at man har opbygget en referenceramme på grundlag af den seende verdens begreber. Derudover er der også stor forskel på at være henholdsvis svagsynet, socialt blind, praktisk blind, totalt blind eller have en hjernebetinget synsnedsættelse (også kaldet CVI efter den engelske betegnelse *Cerebral* eller *Cortical Visual Impairment*).

Personer, der oplever et pludseligt alvorligt synstab, vil ofte ændre adfærd og opleve psykiske reaktioner og evt. en livskrise. Det kan tage tid og kræve bearbejdning at lære at affinde sig med den nye situation.

Adfærdsændringer kan bl.a. indebære, at personen bliver mere passiv – måske indadvendt og tilbagetrukket fra fællesskabet – eller udadreagerende og indimellem aggressiv.

Personer med en alvorlig synsnedsættelse vil ofte fremstå "klodsede". Hvis man er født med en alvorlig synsnedsættelse, vil man næsten altid have en ringe udviklet fin- og grovmotorik. Dertil kommer forskellige vaner, hvor personen stimulerer sig selv ved hjælp af rokkende bevægelser, ved at stikke fingrene i øjnene, dimse med ting eller gentage lyde.

Man skal være opmærksom på, at synsevnen hos nogle personer kan variere. Det kan skyldes sygdom eller udtrætning, men det er ikke altid, at man kan finde årsagen til en varierende synsevne.

## **Musik og støj**

Svagsynede eller blinde mennesker bruger i høj grad deres hørelse til at orientere sig med. Det kan være meget svært at få overblik og orientere sig om, hvad der foregår i rummet, hvis der er megen støj, eller hvis radio eller tv er tændt. Anvend derfor kun musik i relevante sammenhænge og med omtanke. Vær opmærksom på, at aggressivitet og støj fra andre kan skabe stor utryghed, når man ikke kan aflæse situationens eventuelle alvor ved hjælp af synet.

## **Ting tager lang tid**

Mennesker, der ser dårligt, må søge informationer om ting og sammenhænge ved hjælp af det nedsatte syn og de øvrige sanser, når de skal løse en stillet opgave. De kan ikke, som seende, skanne omgivelserne eller opgaven med synet for hurtigt at få de relevante oplysninger. Derfor har de brug for længere tid, både til at opfatte, hvilken opgave man har stillet dem, og til at løse den.

## **Udtrætning**

Stærkt svagsynede og blinde mennesker udtrættes lettere end normaltseende. At skulle anstrenge sig for at se mest muligt, at skulle høre, føle og lugte sig til alt det, normaltseende kan se i løbet af et øjeblik, kan være meget anstrengende. Hensigtsmæssig indretning, kendt miljø, genkendelige strukturer og god rettidig information kan i nogen grad afhjælpe dette.

## **Social isolation**

Da det for synshandicappede er svært at se og aflæse den sociale situation og samspillet, bliver man lettere passiv, indadvendt og socialt isoleret. Når man via synssansen ikke kan forudse, hvad der vil ske lige om lidt, vil man nemt komme ud af trit med det, resten af gruppen foretager sig. Den synshandicappede bliver derved nemt hægtet af de sociale sammenhænge.

## **Specialpædagogiske metoder, overvejelser og svagsynsvenlige miljøer**

Når man planlægger bo- eller dagtilbuddets specialpædagogiske retningslinjer, er det vigtigt at tage udgangspunkt i de konkrete beboere eller brugere og deres synsdiagnose.

Følgende oversigt over forskellige områder inden for almindelig dagligdags levevis (ofte kaldet ADL) er af vejledende karakter. Emnerne er beskrevet generelt, og beskrivelserne vil kunne uddybes yderligere. Ikke alt vil gælde for alle svagsynede. Det vil *altid* være relevant at indhente råd og vejledning af en synskonsulent.

## Kommunikation

**Kommunikation til omgivelserne:** "Blindemærket" – det internationale blå færdselsmærke med manden med stokken – gør det nemt for omgivelserne at se, at personen er synshandicappet. Dermed bliver det nemmere for omgivelserne at tage de fornødne hensyn, for eksempel at vide, at personen og hans eller hendes ledsager har brug for at gå ved siden af hinanden på fortovet. Mærket kan bl.a. købes hos Butik KIK (www.butikkik.dk), tlf. 36 46 19 60.



**Verbal kommunikation:** Medarbejderen er den blindes eller svagsynedes øjne og må huske at viderebringe de visuelle informationer, som personen har brug for. Kommunikationen må tilpasses den enkelte, idet blindfødte ikke har samme visuelle referenceramme som senblinde.

Vend ansigtet mod den synshandicappede, når du taler til ham eller hende – og husk at spørge eller informere, *før* du foretager dig noget tæt ind omkring personens krop eller med personens ting.

Over for mennesker med udviklingshæmning er det vigtigt at tale konkret, dvs. at undlade billedsprog såsom at "tørre fødderne af", "have øjne i nakken", "få en lang næse" eller "købe katten i sækken" eller at sige, at "døren gik". Man bør også undgå slang som "helt kanon" osv.

Ironi kan være svært at forstå, når man ikke kan se glimtet i øjet på den, der bruger det.

Når man skal vise den svært synshandicappede eller blinde noget, skal man undlade at flytte på vedkommendes hænder. Lad i stedet hans eller hendes hænder følge din arm eller hånd ned til genstanden, eller lad hans eller hendes hånd ligge oven på din hånd eller arm, mens du rører ved genstanden. Tænk altid på, hvad der er den optimale afstand til det, der skal ses, og hvilken vinkel det bedst ses fra. Hvis man har indsnævret synsfelt, vil man se en mindre og mindre del af en ting, jo tættere man kommer på den.

**Tegn til Tale:** er nemmest at se, hvis man har en ensfarvet bluse på, hvor farven har en god kontrast til hændernes hudfarve. Stå helst sådan, at den svagsynede har lyskilden bagved eller ved siden af sig, således at lyset falder på dig, og personen ikke bliver generet af blænding.

**Billedmateriale:** bør "renses" for unødige ting, som ikke har noget at gøre med det, der skal kommunikeres. Gode kontraster, tydelige konturer og stor størrelse kan hjælpe yderligere. Sørg for at vise billedmaterialet sådan, at lyset falder på det (en

vinkel på 70-80° i forhold til bordpladen er optimal for de fleste) og i en afstand, hvorfra man ved, at den synshandicappede kan se det bedst. Undgå blanke overflader, som reflekterer lyset og giver generende blænding.

**Lydalbum:** Hvis man har svært ved at se eller tolke billeder, kan man i stedet lave et "lydalbum" med en båndoptager. Brug evt. en notatbåndoptager og et bånd for hver oplevelse, eksempelvis en tur i svømmehallen, Peters fødselsdag osv.

**Tv, telefoner og cd- eller båndafspillere:** Billedet på fjernsynet vil virke større, jo tættere på fjernsynet man sidder. Man siger vejledende, at billedet bliver dobbelt så stort, hvis man halverer afstanden til fjernsynet. Husk dog på, at personer med nedsat synsfelt kan have brug for at sidde længere fra skærmen for at se et tilstrækkeligt stort udsnit af billedet. Telefoner kan fås med store taster eller med hjælpepanel. Der findes cd- og båndafspillere med enkel betjening, eventuelt med følbare (taktile) afmærkninger. Man kan også selv lave følbare afmærkninger på apparaterne, så de er hurtigere og enklere at betjene. (Spørg synskonsulenten, hvem der kan hjælpe med særligt indrettede telefoner, pc'er og cd-/båndafspillere m.v. i dit område)



Eksempel på talende ur ( Easyvox)



*Plectalk Poesi fra Itech er et eksempel på en cd-afspiller til lydbøger og musik. Den har et skjold, der kan dække nogle af tasterne, så den er særligt nem at betjene.*

**Social inkludering:** Brug altid den synshandicappedes navn, når du taler til ham eller hende i en gruppe, så vedkommende ved, at det er ham eller hende, du henvender dig til. Det er medarbejdernes opgave at medinddrage den synshandicappede i omgivelsernes gøremål og laden. Det kan man blandt andet gøre ved at kommentere, hvad de andre, der er til stede, foretager sig: "Nå Peter, du har allerede taget jakken på," eller "Jeg kan se, at du, Peter, har din nye cd med, vil du gerne have, vi skal høre den?" eller "Jeg kan se, at du, Peter, er ved at forlade selskabet, kommer du igen?"

Sig dit navn, hver gang du kommer ind i lokalet, og sig til igen, når du forlader det. Det er ikke rart at skulle gætte sig til, hvem der er i lokalet – eller at tale til en, der



er gået sin vej. Ordet "hej" kan virke forvirrende, hvis det bruges til både at sige goddag og farvel med – så ved den synshandicappede ikke, om personen kom eller gik.

### **Udvikling af nye kompetencer**

Nogle ting kan være svære at lære, når man ser dårligt, fordi man ikke bare kan se, hvordan de andre gør. Synshandicappede har derfor brug for, at opgaven bliver beskrevet med ord, der nøjagtigt beskriver, hvad man skal gøre. Det kan også være problematisk for den synshandicappede at finde ud af, hvordan arme og hænder konkret skal bevæges for at løse opgaven.

Blot det at lære at gå på toilettet kan indebære indlæring af mange mindre funktioner eller opgaver. Denne opgave indebærer, at man skal kunne finde rummet med toilettet, åbne og lukke døren, låse døren indefra, finde hen til toilettet, tage benklæder ned, finde toiletpapir, rykke det af i passende stykker, bruge det, putte det ned i wc'et bagefter, skylle ud, sætte tøjet ordentligt, finde håndvasken, finde hanen, dreje på hanen, finde sæben, afpasse mængden, lægge sæben tilbage, fordele sæben på hænderne, skylle sæben af igen, lukke for vandet, finde håndklædet, tørre hænderne, osv.

### **De fysiske rammer**

**Boligindretning:** Boligen og dagtilbuddet indrettes således, at det er nemt for en synshandicappet person at færdes trygt, frit og uhindret mellem de forskellige rum og funktioner. Mange svært synshandicappede bliver passive, fordi de har problemer med at orientere sig og finde vej. Særlig tilpasning af det fysiske miljø og undervisning i at færdes alene kan efterfølgende øge selvstændighed og initiativ.

**Struktur og orden:** Svagsynede og blinde har brug for, at ting er på deres faste plads. Når man har svært ved at se, kan det være meget trættende, hvis man hver dag på ny skal finde ud af, hvordan ting er placeret. Husk altid at orientere personen, hvis der er blevet flyttet om på f.eks. møblerne. Fortæl og vis, hvordan møblerne aktuelt er placeret. En rengøringsvogn er nem at lokalisere, hvis man sætter en radio, der spiller, på vognen. Reglen om faste pladser kan gælde både på personens eget værelse og på fællesarealerne, i køleskabet med hensyn til placering af mælk, brød, smør, pålæg m.v., i garderoben, på badeværelset osv.

**Tilgængelighed:** Den synshandicappede bliver mere selvhjulpne, når tingene er placeret overskueligt. Det skal f.eks. være nemt at finde den plads, hvor jakken hænger, eller siddepladsen ved bordet. Der skal være ro og plads til af- og påklædning i svømmehallen og orden, så tingene ikke forbyttes eller bliver væk.

**Døre og låger:** Undgå usikkerhed og mange blå mærker ved at huske at sætte stole ind til bordet og at lukke skabslåger og opvaskemaskinen. Døre bør enten være helt åbne eller helt lukkede.

**Godt lys:** God grundbelysning er vigtigt for svagsynede. Det indebærer, at der skal være tilstrækkelig høj lysstyrke uden blænding. Belysning skal være jævn uden dunkle steder, også i gange, på toiletter og lignende. Almindelig dansk hyggebelysning er som regel ikke tilstrækkelig. Stearinlys duer slet ikke og kan være brandfarlige for den, som ikke ser dem! Individuel belysning bør desuden tilpasses personens synsfunktion og den opgave, han eller hun skal løse, som f.eks. at spise, frisere sig foran spejlet, tage tøj på i garderoben, gøre rent eller diverse gøremål i og ved egen bolig (nøglehul, postkasse og trappe) samt i dagtilbud. Synskonsulenten vil kunne være behjælpelig med lysmålinger og afprøvninger og give anbefaling om optimal belysning. På billedet ses et eksempel på, hvordan man med enkle midler – her en indstillelig skråplade af træ kombineret med en lampe med påhæftet lup – kan forstørre og belyse og placere fx et billede i den rette vinkel i forhold til synsretningen, så ingen behøver at holde det, der skal ses.



**Blænding:** Mange synshandicappede generes af blænding. For at undgå blænding skal man bl.a. sikre, at pæren ikke kan ses direkte. Blænding kan også opstå, når lys reflekteres fra blanke overflader. Husk, at en lavtstående sol nemt giver blænding, men at der kan skærmes af med lyse gardiner. En kasket kan være god til at skygge for generende lys. Siddepladser ved et vindue giver ofte godt lys. Husk, at personen bør sidde med ryggen eller siden mod vinduet for at undgå at blive blændet af solen.

**Ledelinjer:** Sørg for tydelige ledelinjer ved hjælp af f.eks. taktil eller visuel markering i gulv, håndgreb langs væggen eller lysledelinje i loftet, evt. en kombination af flere former for markering. Det er vigtigt at have særlig markering ved trapper og trin. Ledelinjerne kan forsynes med kendetegn ved døre til de enkelte rum. Udendørsarealerne bør også forsynes med ledelinjer. Her kan f.eks. bruges gelænder eller taktile og visuelle ledelinjer i belægningen langs udvalgte ruter.



Lysledelinje i loftet  
(Hindhøjen, Hinnerup)



Tydelig visuel afmærkning  
(Æblehaven, Kolding)

**Kendemærker:** Da man som svagsynet eller blind nemt kan miste orienteringen, er det vigtigt at have kendemærker i det fysiske miljø. Kendemærkerne skal være konstante. Det vil sige, at det ikke må være ting, der flytter sig.

Eksempler på kendemærker:

- Lydgivere: et tikkende ur, pippende fugle i et bur, en rislende vandkunst.
- Akustiske ændringer: en lang gang kan ændre akustik, ved at man hænger to baner blødt stof op over for hinanden på hver sin side af gangen.
- Underlag: ændringer i belægning på gulv eller sti, eksempelvis en nopret belægning ved udgangsdøre og gulvtæppe ved dagligstuearrangementet. Generelt er gulvtæpper i hele rummets areal en dårlig løsning, da de "spiser" mange lydige informationer. Udendørs er der også mulighed for at variere belægningen, f.eks. med felter med brosten, der bryder en flisebelægning og markerer sti eller døre. Der findes også særlige fliser hvori der er indstøbt en ledelinje eller dupper i overfladen. De ses i bybilledet ofte som ruter på togstationer og ved udgange fra stationer over mod lyskryds eller busholdepladser<sup>1</sup>.
- Billeder, symboler/konkreter og følbare skilte: anbragt i naturlig højde for hænderne når man går, kan angive hvor i huset eller ved hvilken dør man står. Find gerne naturlige genstande, der allerede er i huset. Er den synshandicappede kørestolsbruger, skal højden på placering af kendemærket være afpasset dertil.



<sup>1</sup> "Taktifliser", betonfliser med dupper, forhandles af firmaet IBF, [www.ibf.dk](http://www.ibf.dk), tlf. 97 15 20 22. "Pictoform"-serien, som findes i beton og støbejern med riller eller knopper, forhandles af firmaet GHform, [www.ghform.dk](http://www.ghform.dk), tlf. 59 44 09 90.

**Markeringssystemer:** For at hjælpe den svagsynede med at finde ting, både mellem egne og mellem andres ting, kan man f.eks. bruge et system af farvede kurve påhæftet en konkret.

- Tøj: Man kan angive farven på tøj ved hjælp af en rund eller kantet knap placeret i sidesømmen.
- Køleskabet og køkkenskabe: De forskellige madvarer og service bør have faste pladser. Madvarerne kan afmærkes, f.eks. ved at man altid sætter en elastik rundt om kærnemælkskartonen, altid opbevarer pålægget i den samme plastbøtte osv.
- Medarbejderne kan hver have et taktilt symbol. Mange bo- og dagtilbud fortæller via billeder, hvem der kommer på arbejde. Svært svagsynede eller blinde kan have glæde af, at der også findes et taktilt symbol for hver medarbejder.



Ændret gulvbelægning ved døre  
(Hindhøjen, Hinnerup)



Taktilt symbol for hver medarbejder  
(Hindhøjen, Hinnerup)

**Kontraster og farver:** Gode kontraster fremmer mulighederne for at orientere sig. For eksempel kan dørkarm og dør have en anden farve eller markant anderledes farvetone end væggen. Hvis gulvet har forskellig farvetone fra væg, giver det bedre rumfornemmelse – det samme gælder loftet. Hjørner, der stikker ud i rummet kan males med en 8-12 cm bred kontrastfarve fra gulv til loft. På et hvidt badeværelse er mørkt håndklæde og farvet toiletsæde en god hjælp, ligesom kontrast omkring toiletrulleholder. Andre gode markeringer er kontrastafmærkning omkring hvide lyskontakter på hvid væg, kontrast på hyldekanten i skabe samt greb på skabe, døre og vandhaner i anden farve eller tone end omgivelserne.

### Ledsageteknik og mobility

En svagsynet eller blind person kan have lært sig at færdes alene i sit kendte miljø. Når vedkommende færdes på mindre kendte steder, vil han eller hun ofte virke usikker og have behov for at blive ledsaget. Der findes en særlig ledsageteknik, som kan tilpasses den enkeltes forudsætninger. (Se Hallestad (1999): "Sådan følges I ad", omtalt i litteraturlisten side 19).

Efterlad aldrig en helt blind person alene uden et fast holdepunkt. Vis i stedet ham eller hendes hen til en stol, en væg eller andet, der har en kendt placering.

Benyt altid de samme ruter med de samme kendemærker hver gang, så personen ikke behøver at lære flere forskellige veje til samme bestemmelsessted. Informer om kendemærker undervejs, det hjælper den svagsynede til at være opmærksom og have forventninger.

Mange vil med tålmodig gentagen instruktion, evt. på en lille båndoptager, efterhånden kunne lære at færdes på egen hånd over kortere eller længere afstande.

Over for svagsynede og blinde kørestolsbrugere må ledsageteknikken tilpasses (se Gill Levy: "Om at ledsage en synshandicappet kørestolsbruger", omtalt i litteraturliste side 19), ligesom de følbare kendemærker skal være i kørestolshøjde.

### **Måltider**

Når man strukturer serveringen af maden og hvordan servicet står, gør man måltidet forudsigeligt og lettere at håndtere. Det er vigtigt med faste pladser ved spisebordet. Hvis der er mange i rummet, bør man vælge en plads i yderkanten, så den synshandicappede ikke sidder midt i alle lydene. Orienter personen om, hvad der er på bordet. Undlad store portioner; flere små portioner er det lettere at styre på tallerkenen. Synskonsulenten kan være behjælpelig med særlige teknikker til fx at hælde, smøre og skære.

En dækkeserviet kan hjælpe med at afgrænse det område, hvor den svagsynede eller blinde skal søge efter mad og bestik, serviet m.m. Dækkeservietten bør være ensfarvet i en farve der giver kontrast til bord og service. (Se bilag 3).



*Mat skriveunderlag brugt som dækkeserviet  
(Trindvold, Børkop)*



*Filterbriller kan fjerne bestemte bølgelængder af lyset, som kan virke generende. På billedet vises briller fra Eschenbach.*

## Hjælpemidler

Synskonsulenten kan efter afprøvning af hjælpemidlet yde sagkyndig bistand, som kan danne grundlag for kommunal sagsbehandling og bevilling. Følgende vil ofte være aktuelt: filterbriller, lup med fast afstand, luplamper, skråplader, blindestok, cd- og båndafspillere, CCTV, hjælpepanel til telefon, specialtilrettede pc-løsninger samt talemaskiner, fx med taktile symboler. Synskonsulenten vil også kunne måle, om den eksisterende belysning er inden for de anbefalede normer, og eventuelt komme med forslag til lampe- og elpære typer, der giver bedre belysning.



*Et CCTV er et læseapparat, der kan forstørre en tekst eller andet op til 50 gange.*

## Formidling af de specialpædagogiske metoder

Man kan lave sin egen nedskrevne "synspædagogik" med beskrivelse af de særlige hensyn og den specialpædagogik, der bør anvendes på baggrund af vejledning om synsdiagnosen hos den eller de personer, hvis trivsel man har ansvaret for. Dette hæftes indholdsfortegnelse kan bruges til inspiration til de emner, det kan være relevant at forholde sig til.

Det kan være godt at beslutte, hvilke medarbejdere der er ressourcepersoner med hensyn til viden om synshandicap. Man kan aftale hvem, der instruerer nye medarbejdere – og hvor tidligt i ansættelsesforholdet der instrueres i stedets "synspædagogik". Denne viden om synspædagogikken har pårørende til svagsynede eller blinde også brug for.

## **BILAG 1**

### **Regelmæssig synsundersøgelse af udviklingshæmmede Vejledning for kontaktpersoner**

Af prof. dr. med. Mette Warburg og Videncenter for Synshandicap  
5. udgave, marts 2007

Det er veldokumenteret, at regelmæssige helbredsundersøgelser gennem hele livet har en forebyggende virkning. Størst opmærksomhed er der på børn og unge; man forventer, at voksne opsøger læge, tandlæge, øjenlæge m.v. på eget initiativ.

Udviklingshæmmede mennesker har langt oftere synshandicap eller nedsat syn end resten af befolkningen. Meget få udviklingshæmmede kan selv gøre opmærksom på et begyndende synsproblem, og det er meget svært for kontaktpersoner at opdage et begyndende eller langsomt forværret synsproblem.

Undersøgelser både i Københavns Kommune og Nordjyllands Amt har vist, at omkring 30 % af de voksne udviklingshæmmede havde behov for at få briller eller for ændringer i den pædagogiske tilrettelæggelse for at opnå en forbedret livskvalitet. Behovet for briller og ændret synspædagogisk tilrettelæggelse er sandsynligvis af samme størrelsesorden i andre amter.

Det er vigtigt, at alle udviklingshæmmede får foretaget regelmæssige synsundersøgelser af en fagkyndig; denne undersøgelse skal også omfatte vejledning af kontaktpersonerne. Rutinemæssige undersøgelser kombineret med specifik viden kan forebygge nogle øjenlidelser og sikre en tidlig indsats i form af briller, andre hjælpemidler og specialrådgivning. Ved det årlige handlingsmøde bør synsstatus indgå som emne og være kendt fra undersøgelse hos optiker eller øjenlæge. Synet bør altid undersøges ved formodning om nedsat synsevne, eller hvis der foreligger en aftale med øjenlægen. Ellers benyttes nedenstående tidsintervaller for synsundersøgelse hos øjenlægen:

Undersøgelsesintervaller for udviklingshæmmede børn

- Som led i den diagnostiske udredning
- Ved 2-3-årsalderen (børnehævealderen), bl.a. for at sikre normal synsudvikling og for at vurdere evt. skelen
- Ved skolestart, bl.a. for at vurdere evt. brillebehov
- Midtvejs i skoleforløbet, bl.a. for at kontrollere, om brillebehovet har ændret sig
- Ved skoleafslutning, bl.a. for at videregive aktuelle synsinformationer ved handlingsmødet og den videre visitation.



## **Undersøgelsesintervaller for udviklingshæmmede voksne**

Ved 45 år og derefter hvert femte år resten af livet. Bl.a. for at sikre gode afstands- og arbejdsbriller. Progressive glas anbefales. Kontrol af evt. grå stær (katarakt) og glaukom (grøn stær) foregår samtidig.

## **Personer med Downs syndrom**

Personer med Downs syndrom bør derudover have synsundersøgelser

- Ved 1-månedensalderen, bl.a. for at kontrollere for medfødt grå stær
- Ved 1-årsalderen, bl.a. for at kontrollere for grå stær, nærsynethed og skelen
- Ved 30 år på grund af risiko for tidlig almindelig grå stær og spidse hornhinder

## **Hvor foregår synsundersøgelsen?**

Børn undersøges på sygehuset i forbindelse med udredning af årsager til udviklingshæmning, derefter hos egen/lokal øjenlæge.

Voksne kan gå til deres egen øjenlæge eller benytte optikerens tilbud om synstest. Optikeren (optometristen) vil henvise til øjenlæge, hvis der findes sygdomstegn, eller hvis personen er vanskelig at undersøge. Personer med Downs syndrom bør undersøges af øjenlæge.

Personer med alvorlig synsnedsættelse kan henvende sig til den lokale synsrådgivning. Oplysninger om det lokale tilbud fås ved henvendelse til hjemkommunen eller Videncenter for Synshandicap.

## **Økonomi**

Der er frit valg af øjenlæge, og henvisning fra egen læge behøves ikke. Forudgående tidsaftale er nødvendig. Konsultation og behandling dækkes af den offentlige sygesikring. Optikerens (optometristens) ydelser og briller betales af brugeren, medmindre der er tale om særlige øjenlidelser som beskrevet i Bekendtgørelse om hjælp til anskaffelse af hjælpemidler og forbrugsgoder efter serviceloven. Progressive brilleglas er ret dyre, men må stærkt anbefales til personer over 45 år. På grund af indtægtsnedgangen ved folkepensionsalderen anbefales det indtrængende, at briller anskaffes eller fornys inden dette tidspunkt. Der kan ydes støtte til hjælpemidler, boligindretning m.m. efter Lov om Social Service.



## Relevante kontakter og adresser

### ASIUS:

#### **Aktiv Styrket Indsats for Udviklingshæmmede med Synsnedsættelser**

ASIUS er en indsats for at udbrede og videreudvikle den specialpædagogiske indsats for udviklingshæmmede med synshandicap gennem netværk og efteruddannelse. Der er oprettet et landsdækkende ASIUS-netværk med nøglepersoner rundt om i landet. ASIUS er finansieret af VISO, den nationale videns- og specialrådgivningsorganisation under Socialministeriet.

- Inger Lundsten, c/o Synsinstituttet, Sofiendalsvej 92 A, 9200 Aalborg SV.  
Telefon: 96 34 24 51 – Mobil: 25 11 45 43 – inel@rn.dk – www.asius.dk

### **Øjenlæge og optiker (optometrist)**

Se i den lokale vejviser/telefonbog.

### **Specialøjeblik**

Øjenklinikken for børn og voksne med handicap er en specialøjeblik med speciale i undersøgelse og behandling af synslidelser hos udviklingshæmmede og andre med medfødte eller tidligt erhvervede handicap. Patienter uden for Region Hovedstaden skal ud over lægehenvielse have kausionsklausul for behandlingen fra den region, de bor i.

- Glostrup Sygehus, Øjenklinikken for børn og voksne med handicap, Opgang 3, 4., Nordre Ringvej 69, 2600 Glostrup – Telefon: 43 23 47 00

### **Blindecenter Bredegaard**

Tilbyder kurser, supervision og erfaringsudveksling til personer, der arbejder med udviklingshæmmede med synshandicap, samt særligt tilrettelagte kurser vedrørende arbejde, beskæftigelse og botræning for voksne udviklingshæmmede, fortrinvis blinde og svagsynede, og ansatte på skoler, værksteder, boafdelinger og bofællesskaber.

- Blindecenter Bredegaard, Lindelyvej 5, 3480 Fredensborg – Telefon: 48 48 00 79  
Fax: 48 48 44 11 – bredegaard@hav2.regionh.dk  
www.blindecenterbredegaard.dk

### **Helhedstilbuddet Blindenetværket**

Tilbyder erfaringsudveksling, supervision og kurser om det pædagogiske arbejde med voksne udviklingshæmmede med synshandicap.

- Kontaktperson: Solveig Broby, Blindenetværket, Bank-Mikkelsens Vej 10, 2820 Gentofte – Telefon: 39 98 71 00 – solb@gentofte.dk  
www.blindenetvaerket.dk

### **BVF – Institut for Blinde og Svagsynede**

BVF (Bo, Værksted og Fritid) er et tilbud til unge og voksne synshandicappede med generelle indlæringsvanskeligheder eller udviklingshæmning. Tilbuddet sigter på at gøre det muligt for kursisterne at klare sig i egen bolig eller et bofællesskab.

- Institut for Blinde og Svagsynede, Rymarksvej 1, 2900 Hellerup  
Telefon: 39 45 25 45 – Fax: 39 45 25 25 – [ibos@ibos.dk](mailto:ibos@ibos.dk) – [www.ibos.dk](http://www.ibos.dk)

### **Specialrådgivning ved alvorlig synsnedsættelse**

Hjemkommunen eller Videntcenter for Synshandicap kan oplyse, hvor synsrådgivningen for borgere i den pågældende kommune er placeret.

### **Information og vidensøgning**

Videntcenter for Synshandicap indsamler, bearbejder og formidler viden om synshandicap. Videntcenteret har bl.a. udgivet en række gratis hæfter og videoer om synshandicap hos udviklingshæmmede, pædagogiske muligheder med mere. Man kan gennemse og bestille disse udgivelser på Videntcenterets netsted, hvor man også kan søge efter litteratur i Videntcenterets bibliotek, se oversigter over konferencer, netsteder med mere.

- Videntcenter for Synshandicap, Rymarksvej 1, 2900 Hellerup  
Telefon: 39 46 01 01 – Fax: 39 61 94 14 – [visinfo@visinfo.dk](mailto:visinfo@visinfo.dk) – [www.visinfo.dk](http://www.visinfo.dk)

## BILAG 2

### Supplerende læsning

Følgende litteraturliste er ikke fyldestgørende, men et godt sted at begynde, hvis man vil vide mere.

Her nævnes udelukkende de publikationer, Videncenter for Synshandicap har udgivet specielt om udviklingshæmmede med synsnedsættelser. Publikationerne er gratis.

- *Synsnedsættelse hos mennesker med Downs syndrom.* Af Mie Karleby. 2004.
- *Synsnedsættelse hos udviklingshæmmede.* Af Mette Warburg og Tina Pensdorf. 2004.
- *Blindepædagogisk referenceramme.* Af Lone Boel, Mie Karleby og Tina Pensdorf. 2004.
- *Briller til udviklingshæmmede.* Af Gill Levy, J. M. Woodhouse m.fl. 1999.
- *Lige i øjet. Synsundersøgelse af voksne udviklingshæmmede i Nordjyllands Amt.* 1999. Video eller DVD, 23 minutter.
- *Vær opmærksom på synsproblemer hos udviklingshæmmede og andre kommunikationshandicappede.* Af Gill Levy. 1997.
- *Forslag til aktiviteter tilrettelagt for udviklingshæmmede med synshandicap* Af Tina Pensdorf. 1999.
- *Sansemotorisk træning for voksne udviklingshæmmede med synshandicap* Af Karen Ellermann. 1996.
- *Om at ledsage en synshandicappet kørestolsbruger.* Af Gill Levy. 1995.
- *Gode råd om borddækning og spiseteknik for udviklingshæmmede voksne med synshandicap.* Af Tina Pensdorf. 1995.
- *Ideer til undervisning af udviklingshæmmede voksne med et synshandicap.* Af Gill Levy. 1995.
- *Om syn og hvad det kan bruges til i arbejdet med udviklingshæmmede med synshandicap.* Af Gill Levy. 1995.
- *Udviklingshæmmede voksne med synshandicap – en introduktion* Af Gill Levy. 1995.
- *Øjenhelsetjeneste til udviklingshæmmede – oversigt og anbefalinger* Af Mette Warburg og Ruth Riise. 1995.

Desuden anbefales disse udgivelser:

- *Med Kniv og gaffel.* Af Inge Kyhl. 2007. Udgivet af Videncenter for Synshandicap og Instituttet for blinde og svagsynede. Kan bestilles hos Videncenter for Synshandicap.

- *Sådan følges I ad – når den ene er synshandicappet.*  
Af Lisbeth Hallestad. 2. udgave. 2007. Udgivet af Videncenter for Synshandicap og Institut for blinde og svagsynede. Kan bestilles hos Videncenter for Synshandicap.

### **Eksempler på øvrig relevant litteratur**

Lilli Nielsen har ud fra begrebet Aktiv Læring skrevet en række bøger og udformet materialer, der er målrettet til udredning af funktionsevne og etablering af læringsmiljøer for synshandicappede, som befinder sig på et tidligt udviklingsstadium (0-4 år). Bøger, der er skrevet eller oversat af Lilli Nielsen kan ses på netstedet [www.aktivlaering.no](http://www.aktivlaering.no) og bestilles per e-post på [lillibooks@profibermail.dk](mailto:lillibooks@profibermail.dk).

Mogens Høeg & Lilli Jensen: *Hjælpe midler til mennesker med udviklingshæmning.* Hjælpe midde linstitut tet, 2005. Bestilles fra udgiveren, [www.hmi.dk](http://www.hmi.dk), tlf. 43 99 33 22

Mette Röhe: *Tilgængelighed i detaljen.* Dansk Blindesamfund 2004.

En detaljeret beskrivelse af, hvordan man bedst sikrer, at det fysiske miljø bliver tilgængeligt for blinde og svagsynede. Udgivelsen består af fem hæfter; hvert hæfte har sit eget tema og kan læses for sig.

- Hæfte 1 omhandler grundlæggende principper. Hvad vil det sige at være blind eller svagsynet? Hvordan opfatter mennesker med forskellige synsproblemer de fysiske omgivelser?
- Hæfte 2 omhandler tilgængelighed i information og kommunikation. Hvordan sikrer man fx, at den information, man gerne vil kommunikere ud, også når hele målgruppen – altså også blinde og svagsynede?
- Hæfte 3 omhandler tilgængelighed indendørs i nybyggeri og tilbygninger. Her gennemgås rum for rum og bygningselement for bygningselement, hvilke ting man skal og bør gøre for at sikre, at en bygning er tilgængelig for synshandicappede.
- Hæfte 4 omhandler tilgængelighed indendørs i eksisterende byggeri og ombygninger.
- Hæfte 5 omhandler tilgængelighed udendørs i bygningsnære omgivelser samt veje, fortove og øvrige fodgængerarealer.

Hæfterne kan downloades eller bestilles i forskellige formater på [www.dkblind.dk](http://www.dkblind.dk) eller per tlf. 38 14 88 44.

## **Film**

- *Sådan følges I ad – når den ene er synshandicappet*. DVD. 12 minutter. 2008. Udgivet af Institut for Syn og Teknologi, Region Nordjylland. Kan bestilles hos Videncenter for Synshandicap. Supplerer hæftet af samme navn.

## **ASIUS' hjemmeside**

ASIUS netsted [www.asius.dk](http://www.asius.dk) indeholder også viden, nyttige adresser og link til andre relevante hjemmesider.

## **BILAG 3**

### **Dækkeserviet**

Når alle, der dækker bord, gør det på samme måde, er det lettere at finde ud af, hvor tingene står. På bagsiden af dette hæfte er der tegnet en "dækkeserviet", der angiver hvordan tallerken, glas, bestik m.m. placeres på faste pladser. På tegningen kan man også se, hvordan maden kan placeres på sammen sted hver gang. Nye medarbejdere kan have glæde af, at der hænger en kopi af "dækkeservietten" ved den synshandicappedes faste spiseplads.

Dækkeservietten kan evt. forstørres til A3-format. For at forlænge holdbarheden kan man plastlaminere den med en mat laminat. (Mat laminat anvendes for at forhindre, at lyset reflekteres og giver blænding).

Den svagsynede finder nemmere tallerkenen, når den har en anden farve eller nuance end bordet. Det er bedst, hvis bordet eller dugen er ensfarvet og har en mat overflade, der ikke reflekterer lyset.

#### **Gode tips til måltidet**

Fortæl, hvad du serverer for den alvorligt svagsynede eller blinde person, og hvor på tallerkenen du lægger det.

Hvis den synshandicappede ved, hvor tallene på en urskive er placeret, kan man fortælle at man har "lagt kartoflerne kl. 9 på tallerkenen", "lagt kødet kl. 6" osv. Alternativt kan man fortælle, at man har "lagt kartoflerne i den side af tallerkenen, hvor servietten er", "lagt kødet i den side af tallerkenen, der vender ind mod maven", "ind mod væggen", "ud mod vinduet" osv.

Ræk ikke glasset til den svagsynede eller blinde. Han eller hun har "muskelhukommelse" og ved, hvor langt armen skal rækkes ud efter glasset.

En tallerkenkant kan bevirke, at maden bliver på tallerkenen, fordi man kan skubbe maden op mod kanten, så den kan komme op på gaflen eller skeen.

Stearinlys kan være et problem for en del svagsynede, idet lyset kan give blænding. Man kan flytte stearinlyset eller sætte en flaske foran det. Stearinlys er meget farlige for blinde eller personer med stærkt begrænset synsfelt, som ikke har mulighed for at se, hvor de skal passe på. Med en god "stearinlyspolitik" kan man forebygge ulykker.

I bilag 2 findes forslag til supplerende læsning vedrørende måltider.

Evt,  
Skål til salat  
eller tallerken  
til brød

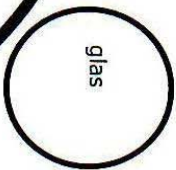
serviet



Denne plads er tom til kødben,  
sveskesten m.v.



glas



Kartofler

Grøntsager,  
rødkål m.v.

Kød

