

# Att möta en synskadad

## – tips och råd



**E**n människa som helt eller delvis har förlorat sin syn behöver hjälp i olika situationer. Det är artigt att erbjuda sin hjälp, men man ska låta den synskadade själv avgöra om hjälpen behövs. Beroende på synskadan och situationen behöver man nämligen mer eller mindre hjälp.

När man möter en synskadad är det viktigt att ge sig själv till känna med några ord och berätta vem man är. När man hälsar på en synskadad är det bättre att skaka hand än att nicka och le. Den seende har också ansvaret för att ta i hand, då den synskadade inte ser en utsträckt hand.

Att tala till en synskadad genom dennas ledsagare är opassande – synskadade kan tala för sig själva.

I grupsituationer är det bra att använda förnamn och meddela när man avlägsnar sig.



- ▶ När du hälsar på en synskadad ska du tillkännage din närvaro med rösten. Sedan kan du sätta handen på dennas axel om du vill att ben ska veta var du är.

## Ledsagning

Ledsagarbegreppet är enkelt; den synskadade håller i sin ledsagares överarm. Då är det lättare att känna hur ledsagaren rör sig. Ledsagaren går före den synskadade. Vid en trappa eller en stol placeras den synskadades hand på ledstången eller på stolens karm. Det är bra att berätta om trappan leder upp eller ner och varna för eventuella hinder.

Dörrar ska antingen stå helt öppna eller stängda, halvöppna dörrar är farliga för synskadade.

Eftersom en synskadad inte kan se några gester är det viktigt att använda tydliga uttryck, som vänster och höger. Även att ge riktning utgående från urtavlan är ett bra sätt att berätta om omgivningen. En synskadad har svårt att orientera sig om han/hon blir stående ensam. Då är det bra att ha en fast punkt, till exempel en vägg.



- ▶ *Du ledsagar en synskadad person genom att låta denna ta tag i din arm. Sedan går du helt normalt. Ta själv inte tag i den synskadade för att styra denna.*

## Övergångsställen och hållplatser

Synskadade använder ofta den vita käppen för att orientera sig och signalera att de är synskadade. Om en synskadad väntar vid ett övergångsställe kan man gärna säga "nu går det bra att gå" när inga bilar syns till. En synskadad kan också behöva hjälp i vissa andra situationer, till exempel vid hållplatsen.



- ▶ *Vid ett övergångsställe kan du ge dig själv till känna och erbjuda hjälp åt en synskadad. Men låt alltid den synskadade själv välja om hen behöver hjälpen eller inte.*

## Cyklister, bilister och fotgängare

Andra människor är ofta osynliga för synskadade människor om de är ljudlösa. Det kan hända att en synskadad inte uppmärksammar en cykel eller bil. Den vita kappen och/eller en ledarhund är ett tecken på att en person är synskadad. Det lönar sig att komma ihåg det när man rör sig i trafiken.

## Servicepunkter med könummer

Många butiker använder kösystem med nummerlappar och också till exempel hälsocentraler och apotek. En synskadad vill själv gärna föra ordet, men det är artigt att hjälpa till med att ta ett könummer och meddela när det är den synskadades tur.

## Måltider

När man dukar för en synskadad får man gärna använda kontraster i dukningen. Det gör det lättare för en svagsynt person att uppmärksamma vad som finns på bordet. Man kan hjälpa till med att hitta tallrik och bestick, eller servera och berätta vilka maträtter som bjuds. Använd urtavlan som exempel för att beskriva vad som finns på tallriken.

## Ledarhunden

En ledarhund bär selen när den jobbar. Om en ledarhund jobbar måste den få arbeta i lugn och ro och man ska aldrig störa en hund i det läget. Det går ändå bra att prata med den synskadade och till exempel låta denna veta när det är tryggt att gå över vägen. För det mesta är det gravt synskadade som har ledarhund.

- ▶ *Trots att en hund sover, eller ligger avslappnat i ett hörn, innebär selen alltid att den inte får störas.*



Förbundet Finlands Svenska Synskadade r.f.  
Parisgränden 2 A 1 00560 Helsingfors  
tfn 09-696 2300  
[www.fss.fi](http://www.fss.fi)  
[info@fss.fi](mailto:info@fss.fi)

