



Konsulent sikrede Anna et nyt hjem på Solgaven



Bliv aktivitetsmedlem og få gode råd og støtte

Ny telefonlinje skal få flere blinde og stærkt svagsynede i job



Fra mongoliets telte til smukke tevarmere



Julegaver der gør livet lettere



Mød Dansk Blindesamfunds nye chef for rehabilitering

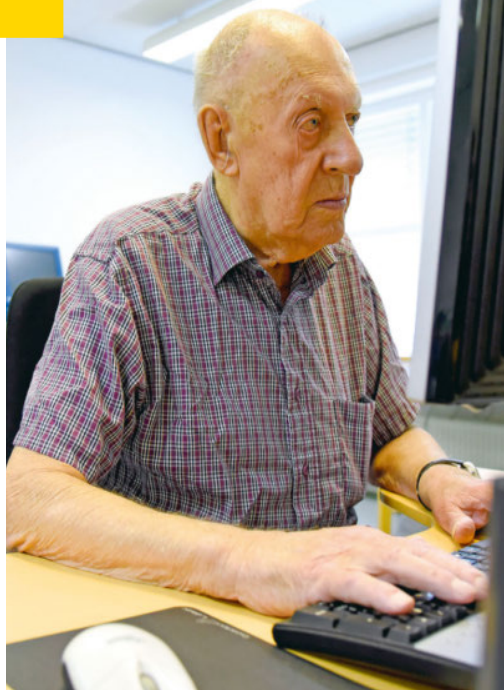


INDHOLD



Anna fik nyt hjem
på Solgaven

20



Rehabilitering:
Et værdigt liv

24



Filt fra Mongoliet

28

Så længe der er syn, skal vi ud og se	4
Bliv aktivitetsmedlem	8
Ny telefonlinje til arbejdsgivere	12
3 tips til bedre balance	14
Julegaver til blinde og stærkt svagsynede	16
I fremtiden kan kunstig intelligens redde synet	19

Anna fik nyt hjem på Solgaven	20
Alle har ret til et værdigt liv	24
Filt giver håb for fremtiden i Mongoliet	28
Vind den nye Doro 8040 smartphone	31
Synslinjen giver råd og støtte ved synstab	32

ØJE BLIKKET

Bidragydermagasinet
fra Dansk Blindesamfund
Nr. 13 · 6. årgang
Oktober 2018

ISSN nr. 2245-9847

Udgiver
Dansk Blindesamfund
Blekinge Boulevard 2
2630 Taastrup
Telefon 38 14 88 44
oejeblikket@blind.dk
www.blind.dk

Redaktion
Ansvarshavende redaktør:
Thorkild Olesen
Redaktør:
Anne Marie Tiedemann
e-mail: oejeblikket@blind.dk

Design: Paramedia 12012

Oplag: 105.000 eks.

Næste udgivelse:
Januar 2019



Sammen udfordrer vi blindhed. Vi støtter og hjælper mennesker med synshandicap. Vi kæmper for at skabe lige muligheder i samfundet. Og vi bidrager til at forebygge synshandicap.

Følg os på Facebook: www.facebook.com/dansksblindesamfund
og Twitter: <https://twitter.com/DKblind>

Støt vores arbejde på: www.blind.dk/stoet-os/

Protector for Dansk Blindesamfund:
Grevinde Alexandra af Frederiksborg

Dansk
Blindesamfund

Bliv aktivitetsmedlem hos Dansk Blindesamfund

I Dansk Blindesamfund hjælper og rådgiver vi de op mod 25.000 blinde og stærkt svagsynede, der er i Danmark. Men faktisk er der mange flere, der kunne have brug for vores støtte, og som kunne få glæde og gavn af de mange tilbud, vi har til vores medlemmer. Der er nemlig mindst lige så mange borgere i den gruppe, der ser mellem 10 og 33 % på bedste øje, som er stærkt besværet af deres handicap. Det er dem, vi normalt kalder svagsynede. At være svagsynet er også et alvorligt synshandicap, som skaber mange udfordringer i hverdagen, og for denne gruppe har der indtil nu eksisteret meget få tilbud.

Derfor er det med stor glæde, at jeg kan fortælle, at vi nu åbner foreningen op med en ny form for medlemskab i Dansk Blindesamfund, nemlig et "aktivitetsmedlemskab".

Aktivitetsmedlemskabet kan tegnes af ALLE svagsynede i Danmark, der ser under 33 % på bedste øje.

Som aktivitetsmedlem kan man deltage i alle de aktiviteter, vi tilbyder lokalt, på lige fod med ordinære medlemmer. Man kan få adgang til vores attraktive kurser og tilbud på Fuglsangcentret, og man kan få adgang til mange af de andre ordninger og fordele, vi som forening tilbyder vores medlemmer.

Er du selv svagsynet, eller kender du en, som kan have glæde af vores nye tilbud, så håber jeg, at du vil kaste lidt ekstra opmærksomhed på artiklen på side 8, hvor du kan læse meget mere om vores nye tiltag. Her kan du også møde Connie, Lillie og Grethe – tre af vores nye aktivitetsmedlemmer – som hver især har deres personlige grunde til at blive aktivitetsmedlemmer hos Dansk Blindesamfund.

Der er også masser af andet spændende læsestof i denne udgave af Øjeblikket. Blandt andet kan du på side 24 møde vores nye rehabiliteringchef og høre mere om vores indsatser for de kommende år – så rigtig god læselyst.



De bedste hilsner

Thorkild Olesen
Landsformand for
Dansk Blindesamfund

NYT TILBUD TIL SVAGSYNEDE!

For 250 kr. om året kan du nu blive aktivitetsmedlem hos Dansk Blindesamfund.



” Vi glæder os til at byde velkommen til en masse nye aktivitetsmedlemmer i Dansk Blindesamfund. Har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte os på svagsyn@blind.dk eller på 38 14 88 44. Spørg efter vores medlemservice.

Dit bidrag hjælper

Ved at give et bidrag til Dansk Blindesamfund kan du hjælpe os med at give synshandicappede i alle aldre en bedre hverdag og sikre vores ret til at leve som ligeværdige mennesker. Alle mennesker har ret til at leve et indholdsrigt og selvstændigt liv. Det gælder også mennesker med synshandicap. Dit bidrag kan blive begyndelsen på et nyt liv for mange mennesker.

Indbetal din støtte på:

- Bankoplysninger 4180-0006400337
 - MobilePay 92310
 - SMS "SYN" til 1245
- og støt automatisk med 150 kr.**

(Udbydes af Dansk Blindesamfund, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup)

FAMILIE MED SYNSHANDICAP



Så længe der er syn, skal vi ud og se

Silas har samme øjensygdom som sin mor, og selv om Christina er næsten blind, insisterer hun på at rejse alene med Silas, danse og leve livet og fremfor alt ruste sin søn til det liv, der venter ham uden syn.

TEKST: CHRISTINA HAMMER · FOTO: HENRIK FRYDKJÆR

Den blinde plet har fyldt alt i Christinas liv. Først prøvede hun med al magt at skubbe den væk, fornægtede dens eksistens, fordi den fyldte så meget og tog det meste af hendes syn. Nu har hun budt den velkommen i sit liv. Og når den nu har taget næsten hele synsfeltet, så kan den jo ligeså godt blive brugt til noget meningsfyldt. Derfor har Christina navngivet sin blog efter den blinde plet. Bloggen "Blindspot – my world" på Facebook er døren ind til Christina Nahnsens liv. Her er opture, når livet går godt, og nedture, når synet bliver dårligere, som f. eks. når Christinas søn Silas får stillet samme diagnose som sin mor.

Stargardt, hedder den øjensygdom, der har taget 95 procent af Christinas syn og med stor sandsynlighed kommer til at gøre det samme ved hendes søn Silas.

En hel almindelig morgen

Silas er snart 7 år og farer upåvirket omkring denne tidlige morgen, hvor vi ringer på hos ham og Christina. Små halvtreds kvadratmeter fyldt med finurligheder og farver. Her bor også et marsvin, der hedder Mars, som er det perfekte match til en familie med synshandicap. Han bliver nemlig præcis der, hvor man sætter ham. Silas pakker sin skoletaske på Christinas anbefaling. Så griber hun sin stok, som er pink med et stort mærke dinglende fra håndtaget: "Love is blind". Hun tager solbriller på og Silas i hånden, for nu skal de to ud i verden.

Skal nå at se noget af verden

I sommer tog Christina til Disneyland Paris – godt nok med en hjælper, men ikke desto mindre

”Jeg kender ikke det tempo, Silas kommer til at miste synet i, men han skal nå at se noget af verden.

udfordret af musikalsk støj overalt og et kontrastløst pastelhvide, som hyllede hende ind i en permanent tåge. Senere tog hende og Silas på badeferie til Tyrkiet. Alene. Det gik fint. Men når man

ser, hvordan Christina denne morgen stopper op, spidser ører og beder Silas kigge efter biler, inden de krydser vejen for at komme over til skolen, som de kender så godt, så kan man kun forestille sig, hvor meget livsmod og viljestyrke, der er bag de beslutninger, Christina træffer for sig selv og sin søn, når de rejser ud sammen.

”Jeg kender ikke det tempo, Silas kommer til at miste synet i, men han skal nå at se noget af verden”, fortæller Christina. ”Derfor skal han lære, hvordan jeg klarer mig nye steder, og hvordan jeg orienterer mig.

Dansen lærte mig at acceptere mit syn

Indimellem rejser hun sig op og fortæller om sit liv i bevægelser. Hvordan hun i årevis gik med hovedet drejet til siden på grund af den berømte plet, der sidder midt i synsfeltet. Hun fortæller, hvordan hun ikke turde give slip på sine hofter, da hun begyndte at danse salsa.

”Jeg elsker at danse. Min lærer sagde: Tag dine trin, tag dit rum. Det gav mig selvtillid, jeg turde stå fast og tage min plads. Hele mit liv har jeg spændt i nakken, fordi jeg drejede hovedet på grund af den dumme blinde plet. Nu ser jeg ligeud. Jeg accepterer den blinde plet. Jeg kan jo ikke se udenom den alligevel. I virkeligheden var det dansen, der lærte mig at acceptere mit syn. Jeg har lært så meget af bare at lade det være der. Ikke kæmpe imod det”, forklarer Christina og sætter sig igen i stolen ved det lille bord. ►

FAMILIE MED SYNSHANDICAP

Bloggen giver mig ro

Bloggen "Blindspot – My world" på Facebook har over 1.000 følgere, som alle er vidner til Christinas liv. "Mine følgere får det hele – mine svagheder, min sårbarhed, min glæde. Jeg forsøger at være ærlig og fortæller åbent om, hvordan jeg har det. Jeg vil ikke gå og være flov. Jeg var supertræt af hele tiden at blive misforstået, fordi jeg hilser den ene dag, men ikke den næste, når folk har en anden jakke på, og jeg så ikke kan kende dem. Så tror de, at jeg er snobbet. Så læs med her, så forstår I, hvordan det er at have et synshandicap. Det vil jeg nemlig gerne fortælle om, og jeg håber at kunne bane vejen bare en smule for Silas", siger Christina, der faktisk pga. bloggen har fundet en ro i sig selv, fordi hun bliver mødt af accept og forståelse i kommentarerne.

Mobbet og isoleret

For Christina er det svært at bede om hjælp. "Jeg er blevet opdraget til at klare mig selv. Jeg kan huske, at jeg en dag kom hjem fra skole. Jeg gik i anden klasse. Jeg sad midt på gulvet i gangen med mit kladdehæfte og var fortvivlet over, at jeg ikke kunne mine staveord. Min klasselærer havde også undret sig over, at jeg aldrig mente, der stod noget på tavlen. Så kom jeg til øjenlæge. Først tredje gang sendte han mig videre til Esbjerg Centralsygehus, som sendte mig til en specialist og pludselig stod den på speciallys ved tavlen, tykke læsebriller, orange filterglas, tykke blyanter,

” Mine følgere får det hele – mine svagheder, min sårbarhed, min glæde. Jeg forsøger at være ærlig og fortæller åbent om, hvordan jeg har det.

særligt kridt til tavlen... Det sneget sig lige så stille ind. Hver gang jeg var på synsklinikken, var mit syn forværret. Jeg kom til at stikke ud i klassen. De der orange briller, alt det der specialudstyr. Så begyndte mobningen. Jeg var meget isoleret. Jeg græd hele tiden. Sad helt krøbet sammen i klassen.

"Jeg har haft mange dårlige år, men jeg er blevet robust. Jeg har slidt mig til den, jeg er, og jeg ved nu, at jeg har noget at byde på – også i forhold til Silas. Han bliver rustet på en helt anden måde, end jeg gjorde. Han ser, at jeg rejser, spørger om hjælp. Han oplever, hvordan folk reagerer positivt. Det giver jeg videre til ham", siger Christina.

Jeg vil ikke blive blind

Da Christina og hendes eksmand Lars fik Silas for syv år siden, troede de ikke, at han kunne få Stargardt, der er en genetisk sygdom, som begge forældre skal bære for at give videre. Lars var diagnosticeret med Retinitis Pigmentosa, men det viste sig senere, at Lars faktisk også havde Stargardt, og sidste efterår blev Silas så diagnosticeret med samme øjensygdom.

I sommers tog Christina og Silas til Disneyland sammen med en hjælper, men de har også været på ferie i Tyrkiet helt alene og uden hjælp.

Øjensygdommen Stargardt

Ca. 1.000 danskere er ramt af øjensygdommen Stargardt, som er en arvelig øjensygdom, som hører til gruppen af nethindedegenerationer, dvs. sygdomme, som rammer de lysopfattende celler i nethinden, og som medfører nedsat synsevne. Børn

har ingen problemer med synet ved fødslen, men der sker et hurtigt fald i synsstyrke, typisk i alderen fra seks til tolv år. Det betyder, at det bliver vanskeligt at læse, da det er svært at se små detaljer. Efterhånden bliver det også sværere at se på afstand og der kan opstå problemer med at skelne farver.





Det, der trøster Christina, er, at Silas har hende, og at hun kan lære ham at leve med sit syn.

”Vi har altid været opmærksomme. Vi troede ikke, Silas kunne få sygdommen, men vi holdt alligevel øje og spurgte, om han for eksempel kunne se, om flaget var oppe nede i børnehaven. Det kunne han ikke, selv om andre fortalte os, at det var oppe. Vi fik ham testet inden skolestart og fik så at vide, at han havde samme øjensygdom som mig. Silas reagerede meget kraftigt. Først blev han fjollet. Jeg tror, han prøvede at distancere sig fra det. Da vi kom hjem, løb han ind og smækkede døren og ville ikke tale. Det har han aldrig gjort før. Det eneste, han sagde, var, at han ikke ville se dårligt. Han ville ikke blive blind. Så kan jeg ikke få et arbejde. Det sagde han – 6 år gammel”, fortæller Christina.

Jeg bliver så ked af det på hans vegne

”Jeg pakkede mig selv ned. Jeg kunne godt mærke, at jeg havde det dårligt, men jeg skulle være der for Silas. Jeg brød sammen et par måneder senere. Jeg bliver stadig påvirket, når jeg tænker på, at han ikke kan blive politibetjent, som han gerne vil. Ikke kan få et kørekort. Ikke kan cykle rundt med kammeraterne. Når de bliver større – så bliver han en, de andre skal vente på. Alt det sociale, fester, møde mennesker... Det kan godt være lidt uoverskueligt at se fremtiden for Silas. Jeg bliver så ked af det på hans vegne. Jeg ved jo, hvor meget man skal kæmpe for at være i en social sammenhæng”, siger Christina.

”Når man ikke kan få øjenkontakt, så er det bare svært. Kontakt starter i øjnene, og det er altid forbundet med usikkerhed at komme ind i et lokale. Er der nogen, man kender? Hvor sidder de? Jeg er altid i en venteposition, hvor andre skal komme til mig. Jeg har fundet ud af, at jeg er sådan cirka et halvt år bagud med at danne relationer i forhold til andre. Det kan være en kamp, og jeg ved jo, at Silas også kommer til at kæmpe. Det eneste, der trøster mig, er, at han har mig, og jeg kan lære ham at leve med sit syn. Det var der ingen, der lærte mig. Det lærte jeg mig selv, men jeg skulle blive 35 år, før jeg fandt fred med min blinde plet”, siger Christina. ■

Du kan følge Christina på www.facebook.com/blindspotmyworld/

Blindspot - My World

Synes godt om Følg Del ...

Blindspot - My World
20. marts · 🌐

!! 🧐 !! VIGTIG INFO, IMPORTANT INFO !! 🧐 !!

Denne side vil handle om hvordan jeg klarer hverdagen som næsten blind. Ugentligt får jeg spørgsmål om hvordan jeg klarer mit liv med et synshandicap, disse får mig til at reflektere og gør mig klogere på mig selv og mit syn. Jeg bliver ofte misforstået og nu vil jeg gerne give folk en mulighed for at kunne forstå. Jeg falder mellem to stole, jeg er ikke normaltseende og heller ikke blind. Det tænker jeg gør det ekstra besværligt for ... [Se mere](#)

Blindspot - My World
@blindspotmyworld

Startside
Opslag
Om
Billeder
Videoer
Fællesskab
Anmeldelser
Oplysninger og annoncer



Ser du dårligt? Så bliv aktivitetsmedlem hos Dansk Blindesamfund

Hvert år oplever rigtig mange danskere at blive ramt af en øjensygdom, der svækker synet så meget, at man kan have svært ved at klare hverdagen og bevare glæden til livet. Og hvad gør man, når synet en dag ikke er, hvad det har været? Hvor går man hen for at få hjælp?

TEKST: ANNE MARIE TIEDEMANN · FOTO: HENRIK FRYDKJÆR

Et godt bud vil jo være her hos Dansk Blindesamfund”, siger Birgitte Lillevedt, der til daglig er rehabiliteringschef hos Dansk Blindesamfund. ”Derfor har vi nu også gjort det muligt for endnu flere at tage del i alle de tilbud, vi tilbyder vores medlemmer. Fremover kan alle, der ser mellem 10-33 % af normal-

synet tegne et aktivitetsmedlemskab. Vi har et unikt kendskab til og erfaring med, hvad det vil sige at leve med et synshandicap, og en af vores helt store styrker er fællesskab

Mange flere svagsynede kan nu få adgang til at benytte Dansk Blindesamfunds tilbud om bl.a. at lære, hvordan man fortsat kan dyrke sin hobby med nedsat syn.

og netværk – både lokalt og nationalt. Nationalt har vi et moderne, tilgængeligt rehabiliteringscenter på Fuglsangcentret, som fungerer godt, og som er mødested for blinde og svagsynede. Her tilbyder vi



På kursus- og conferencecentret Fuglsangcentret kan man blandt andet deltage i Vinterhøjskolen.

”Det at møde andre, som er i den samme situation, som den man selv står i, har en så utrolig uvurderlig effekt.

målrettet oplæring og rehabilitering. Men vi har også vores lokale klubber, hvor blinde og stærkt svagsynede mødes for at dele erfaringer, opbygge et stærkt netværk og deltage i fælles aktiviteter. Og her kan der opstå magi! Det at møde andre, som er i den samme situation, som den man selv står i, har en så utrolig uvurderlig effekt.”

Vores synskrav bygger på internationale standarder:

Det bliver nemt meget teknisk med alle de her synskrav og procenter, men de er desværre nødvendige. Ser man under 10 % efter bedst mulige synskorrektion, kan man blive medlem af Dansk Blindesamfund.

Ser man mellem 10 og 33 % efter bedst mulige korrektion – ja, så tilbyder vi, at man kan blive aktivitetsmedlem.

”Som alle andre foreninger er vi bundet af vores vedtægter.

Og det er ikke sådan noget, man lige laver om på. Derfor er det, at vi bliver nødt til at skelne mellem de to former for

medlemskab, men vi ved, at der er et kæmpe behov for hjælp hos denne gruppe af svagsynede, der lige ser den tand bedre end os, der er medlemmer”, forklarer landsformand Thorkild Olesen. ”Bliver man ramt af en øjensygdom, er behandlingsmulighederne i dag heldigvis betydeligt bedre end for bare få år siden, men det betyder så også, at der er flere end tidligere, der aldrig kommer til at se så dårligt, at de kan blive medlemmer hos Dansk Blindesamfund. De ser lige et par procenter bedre. Den gruppe vil nu også kunne søge hjælp hos os i fremtiden og blive aktivitetsmedlemmer.” ►

SEND KUPONEN I DAG

Har du selv eller nogen du kender et synshandicap, og kunne du tænke dig at høre mere om et aktivitetsmedlemskab, så udfyld den vedhæftede kupon allerede i dag. Alle kan også få besøg af en af vores konsulenter, der rådgiver og vejleder blinde og svagsynede om, hvordan man lever et godt liv med et synshandicap.



Connie Ziegler, 48 år, Fredensborg

Jeg vil gerne møde andre i samme situation som mig

”Da jeg læste, at Dansk Blindesamfund introducerede et aktivitetsmedlemskab, tænkte jeg, at det kunne lige være noget for mig. Allerede som barn blev det konstateret, at jeg var svagsynet, og det har sidenhen ført til rigtig mange øjenoperationer af både den ene og den anden art. F. eks. er jeg blevet opereret for grøn stær 12-14 gange, og mit syn bliver langsomt værre.

Jeg har meldt mig som aktivitetsmedlem, fordi jeg godt kunne tænke mig at møde andre i samme situation som mig. Nogen, der også kender til de situationer i hverdagen, der er så besværlige, når man har et synshandicap.

Jeg er utrolig god til at lave strategier i mit eget liv hver eneste dag, så jeg ikke havner i situationer, jeg ikke kan overskue. Jeg bryder mig f. eks. ikke om nye steder, togstationer bryder jeg mig bestemt ikke om og jeg kunne aldrig drømme om at tage på ferie alene. Og så er der alle de andre ting i hverdagen: at man ikke ser en fremstrakt hånd, at man ikke kan se, hvad der er på bordet og tallerkenen, når det hele er hvidt.

Jeg mærker et stort behov hos mig selv for at have nogen at tale med om dette. Jeg skal lære at høre til og forholde mig til mit synshandicap, og det håber jeg, at mit aktivitetsmedlemskab kan hjælpe mig med.”



AKTIVITETSMEDLEM



Lilli Agnethe Pedersen, 81 år,
Humblebæk

Det betyder meget for mig at deltage i medlemsmøderne

”Det var en veninde, der her for nylig foreslog, at jeg skulle prøve at tage fat i Lis Sørensen, der er konsulent hos Dansk Blindesamfund. For ca. et år siden begyndte det nemlig at se rigtig skidt ud med mit syn, og jeg har fået konstateret AMD. Jeg tror, det værste er, at jeg ikke længere kan køre bil, og at det er gået så hårdt ud over mit læsesyn.

Jeg har følt mig enormt ensom omkring hele processen. Nu skal jeg have hjælp for at kunne komme nogen steder, og når det er mørkt, er det helt galt. Sammen med min mand har jeg været vant til at leve et aktivt liv. Bare fordi jeg nu ikke ser så godt mere, er jeg jo stadig den samme, og jeg har altså stadig det samme behov for at komme ud blandt andre mennesker.

Jeg har meldt mig som aktivitetsmedlem, fordi det betyder meget for mig, at jeg kan deltage i medlemsmøderne, der afholdes en gang om måneden i den lokale klub, tale med de andre, udveksle erfaringer og få nogle fif til, hvordan jeg kan gøre tingene lettere i hverdagen. Jeg vil også gerne deltage på nogle af kurserne på Fuglsangcentret og håber, at kurserne kan være med til at gøre mig mere selvhjulpent.”



Vi fortæller om livet med et synshandicap, og informerer om muligheder og hjælpemidler – og nok noget af det vigtigste – vi tilbyder et netværk og nogen at tale med, som er i samme båd.

Et stort behov

At der er stor brug for hjælp og støtte blandt denne gruppe, kan Anette Bjerre, der er kursusleder på Dansk Blindesamfunds kursus- og conferencecenter, bekræfte. Hun står blandt andet for ”Når synet svigter”-kurserne.” I mange år har vores kurser været forbeholdt vores medlemmer, men det er dejligt, at kurserne nu også åbner op for aktivitetsmedlemmer, for der er virkelig et stort behov hos denne gruppe også”, forklarer Anette. ”Jeg taler jo med vores kursister i telefonen, inden de kommer, for at spørge ind til deres aktuelle situation, og forventninger til

det kursus, som de er tilmeldt. Derfor ved jeg, at det er præcis de samme ting, vi alle slås med i dagligdagen, når man oplever et synstab. Det kan sagtens være lige så stort et tab at miste 70 % af synet, som det er at miste 90 %. Udfordringerne er de samme. Der er masser af spørgsmål, man mangler svar på, og der er et kæmpe behov for at lære og få nye færdigheder for at kunne klare hverdagen. Kort og godt er det, vi kan give her på Fuglsangcentret: information og viden omkring muligheder, hjælpemidler og faktisk nok noget af det vigtigste: nogen at snakke med, som er i samme båd.” ■

For at vi kan oprette dig som aktivitetsmedlem, har vi brug for din journal eller en attest fra din øjenlæge eller synscentral, der viser, at du opfylder svagsynskriterierne for aktivitetsmedlemskab.

Det koster 250 kr. om året at blive aktivitetsmedlem, hvilket er samme pris, som andre medlemmer betaler. Du kan ringe til vores medlems-service på tlf. 38 14 88 44, sende en mail til svagsyn@blind.dk eller læse mere på www.blind.dk.

Et aktivitets- medlemsskab i Dansk Blindesamfund giver mange fordele

Det kan være hårdt og ensomt at blive ramt af et synshandicap, men der er hjælp og støtte at hente

Med et aktivitetsmedlemsskab får du helt automatisk:

- ▶ adgang til vores mange lokale klubber, der tilbyder sociale- og faglige arrangementer, hvor du kan møde ligestillede, der ligesom dig kæmper med udfordringer i hverdagen som følge af nedsat syn.
- ▶ mulighed for at møde andre, som du kan dele dine sorger og bekymringer med. At tale med andre i samme situation som én selv. At være noget for andre er for mange det, der skal til for at komme videre i tilværelsen efter et synstab.
- ▶ adgang til vores netværk af fagpersoner, som kan vejlede dig om de rette hjælpemidler, hjælpe med ansøgningskemaer eller fungere som bisiddere. Alle har ret til at få besøg af en af vores konsulenter, og med de rette hjælpemidler kan mange svagsynede i dag fortsætte et selvstændigt og aktivt liv.
- ▶ adgang til vores målrettede kurser og træningsforløb, som blandt andet afholdes på vores kursus- og konferencecenter Fuglsangcentret, der ligger ved Fredericia. På mange af kurserne er det muligt at tage en pårørende med.
- ▶ adgang til idrætstilbud og hobbykurser. Selv om man mister en del af synet, er det stadig muligt at bevare mange interesser – og måske endda stifte bekendtskab med nye.
- ▶ tilsendt vores medlemsblad, hvor vi informerer om alle vores løbende tilbud og arrangementer og vores blad "Øjeblikket", hvor vi informerer om arrangementer målrettet synshandicappede, giver gode råd til livet med et synshandicap, informerer om øjenforskning og meget mere.
- ▶ mulighed for at støtte vores politiske arbejde for at skabe forståelse og bedre vilkår for mennesker med synshandicap. Dit medlemsskab styrker vores stemme.



Grethe Kristensen, 80 år, Viborg Jeg ved hvordan jeg har det nu, men ikke i fremtiden

"Det kræver kræfter at erkende, at man nu har et synshandicap, og det er svært at bede om hjælp. Men det er nødvendigt for, at man kan komme videre i sit liv. For mig var det i hvert fald en stor lettelse, da erkendelsen først kom. Jeg tror, det er de færreste, der kan sætte sig ind i, hvor forfærdeligt det er, hvis man ikke selv har prøvet at miste synet. Jeg har AMD, og det har påvirket mit liv meget. Jeg blev nødt til at flytte, men heldigvis bor jeg nu et sted, hvor jeg er tryk, og hvor jeg får den hjælp, jeg har behov for.

Man kan godt sige, at jeg var godt brugt, da jeg talte med Hanne Torp, der er konsulent hos Dansk Blindesamfund første gang. Det hele kom væltende, for jeg havde følt mig så alene.

Jeg har valgt at blive aktivitetsmedlem hos Dansk Blindesamfund, fordi jeg ved, hvordan jeg har det nu, men jeg ved ikke, hvordan jeg får det i fremtiden. Jeg ønsker at finde ud af så meget som muligt her, mens jeg kan. Især det her med transport fylder meget hos mig. For hvordan skal jeg komme nogen steder, hvis jeg ikke kan se? Jeg ser frem til at komme på Fuglsangcentret, da jeg tror, dette er bedre for mig i min nuværende situation end en almindelig højskole, som jeg plejer. Selv om man får et synshandicap, er man jo stadig sig selv, og jeg vil gerne fortsætte med at leve et aktivt liv så godt, som jeg nu kan."

Usikkerhed og uvidenhed blandt arbejdsgivere skal bekæmpes

Som vi tidligere har gjort opmærksom på, viser tal desværre, at beskæftigelsesgraden hos blinde og stærkt svagsynede er katastrofalt lav. Alt for få blinde og stærkt svagsynede børn og unge får en uddannelse og efterfølgende job. Og det skal der laves om på.

TEKST: REDAKTIONEN · FOTO: HENRIK FRYDKJÆR

Derfor introducerer Dansk Blindesamfund nu vores nye telefonlinje for arbejdsgivere, der skal gøre det nemmere for arbejdsgivere hurtigt at få svar på spørgsmål og hurtigt at få den rette hjælp omkring den usikkerhed og uvidenhed, der helt naturligt er omkring, hvad det vil sige at ansætte en person med synshandicap.

Vi ved, at en del af problemstillingen forbundet med den lave beskæftigelsesgrad er vidensniveauet og indstillingen blandt arbejdsgivere til det at ansætte personer med synshandicap. Det gælder, når man udvælger jobansøgere til samtale, når man gennemfører en jobsamtale, når man vælger den heldige kandidat og f.eks. også, når man vælger at oprette fleksjob. Især fremhæver arbejdsgivere, at det kan være meget vanskeligt for dem at forestille sig, hvilke jobfunktioner en blind eller svagsynet kan varetage. Det gælder selv i brancher, hvor vi i foreningen beviseligt ved, at synshandicappede varetager stillinger”.

”Vi må erkende, at der ikke er en let snuptagsløsning på problemet med synshandicappedes lave beskæftigelsesgrad.

”Derfor er etableringen af den nye telefonlinje netop et forsøg på at bidrage til, at uvidenhed og usikkerhed bliver mindre fremherskende”, forklarer Ask Abildgaard fra Dansk Blindesamfunds forretningsudvalg.

Støtte fra offentlig side

Et andet vigtigt område, som telefonlinjen skal være med til at kaste lys over, er de muligheder, der er for støtte fra offentlig side og helt konkret rådgivning om, hvor man går hen for at få teknisk hjælp til arbejdspladsindretning mv. ”Det er nemlig også et område, hvor vi ved, der er stor usikkerhed blandt arbejdsgivere”, fortæller Ask. ”Vi vil virkelig gerne trænge igennem på dette område, og det er bekymrende, at vi ikke har formået at gøre noget ved situationen, ikke mindst i lyset af de ressourcer, som findes blandt Dansk Blindesamfunds medlemmer og personer med synshandicap i øvrigt”.

Tillid til egne evner og egen formåen

Vi må erkende, at der ikke er en let snuptagsløsning på problemet med synshandicappedes lave beskæftigelsesgrad. Det handler om alt fra uddannelsesbaggrund til utilgængelige computerprogrammer og generel mangel på viden om mulighederne for blinde og svagsynede på arbejdsmarkedet. Det handler naturligvis også om at opbygge tillid hos os selv til egne evner og egen formåen. Og så er der brug for fortsat at se på

”Det er så bekymrende, at så mange blinde og stærkt svagsynede er uden arbejde. Jeg har selv ansat mange synshandicappede medarbejdere, og jeg ved jo, at det fungerer, så det skal vi vise vores omverden”, fortæller rehabiliteringschef hos Dansk Blindesamfund Birgitte Lillevtedt.

Arbejdsgiver hotline
Ring 70 24 04 04
og få svar på
spørgsmål

Ny telefonlinje skal få flere blinde og stærkt svagsynede i job

Nu opretter Dansk Blindesamfund ny telefonlinje målrettet arbejdsgivere. Den nye telefonlinje skal være med til at komme den uvidenhed og den usikkerhed, der er omkring blinde og stærkt svagsynede i job, til livs og forhåbentlig være med til at sørge for, at flere af vores medlemmer kommer ud på arbejdsmarkedet.



”Tanken med telefonlinjen er også, at man som synshandicappet ansøger vil kunne henvise en potentiel arbejdsgiver til telefonlinjen for råd og vejledning”, forklarer Ask Abildgaard fra Dansk Blindesamfunds forretningsudvalg.

velegnede niches på arbejdsmarkedet, hvor synshandicappede har noget særligt at bidrage med.

Tanken med telefonlinjen er også, at man som synshandicappet ansøger vil kunne henvise en potentiel arbejdsgiver til telefonlinjen for råd og vejledning. Forhåbentlig vil telefonlinjen være en kanal, hvor man som arbejdsgiver kan komme af med nogle af de dumme spørgsmål, som ellers kan stille sig i vejen for ansættelsen af en person med synshandicap. ■

Bo Dagelykke, som du kunne læse om i sidste nummer af Øjeblikket, er på vej på arbejde med sin trofaste førerhund Zagga. Bo er en af de heldige, der er trængt gennem nåleøjet, og som har fået job. Et sjældent samarbejde mellem en modig virksomhedsejer og en kreativ jobkonsulent var med til at sikre den tidligere industrielektriker job, da han i en alder af 38 år mistede synet. En succeshistorie, vi ønsker os flere af her hos Dansk Blindesamfund.



Dårligt syn giver dårlig balance



De fleste ældre tror, at dårlig balance er en naturlig del af aldersprocessen ligesom smerter fra skuldre og nakke kan være det. Men sådan er det ikke nødvendigvis. Den dårlige balance kan nemlig sagtens hænge sammen med dårligt syn, og derfor kan det være en god idé at træne balancen med små simple øvelser hjemme i stuen.

TEKST OG FOTO: KARSTEN BRUUN

Øvelserne laves bedst i bare tæer – alternativt i strømpesokker. Støt dig eventuelt til en stol, et bord eller en væg og forsøg gradvist at stå uden at holde fast i noget. Jo mere man strækker kroppen ud – herunder løfter brystet opad, jo nemmere er det at holde balancen. Det hjælper også på balancen og aflaster samtidig din ryg, hvis fødderne vender lidt indad.



ØVELSE 1

Stå med fødderne i hoftebredde og stræk kroppen og især benene helt ud. Løft brystet op samtidig med, at du sænker skuldrene og trækker dem bagud – stræk armene helt ud langs siderne af kroppen ned mod gulvet. Øv dig i at stå så stille som muligt uden at svaje alt for meget som et siv i vinden og

gerne i et minuts tid. Slap af og gentag øvelsen nogle gange. Når du synes, du er blevet god til at stå forholdsvis stille, så prøv at lave øvelsen med samlede fødder – hælene og storetæerne skal røre hinanden.



” Både synet og hørelsen er vigtige sanser, som påvirker balancen, og har man både et syns- og et hørehandicap er man ekstra udfordret. Faktisk anbefaler mange yoga-instruktører, at man lukker øjnene, for større udfordring, mens man laver balanceøvelserne.

ØVELSE 2

Stå igen med fødderne i hoftebredde og helt strakte ben. Grib fat med hænderne om modsatte albuer og træk armene så langt henover hovedet som muligt, men træk skulderne væk fra ørene. Løft brystet opad. Bøj dig nu forover så meget du kan, men bøj kun i hoftelæddet, så ben og overkrop forbliver lige, og armene forbliver over hovedet. Lad til sidst hovedet hænge frit, men skub hele tiden brystet fremad og nedad. Øv dig også her i at stå så stille som muligt i et minuts tid og forsøg at modstå fristelsen til at skubbe numsen bagud. Stil dig eventuelt med numsen tæt på en væg, så vil du mærke, hvor svært det er ikke at skubbe numsen langt bagud. Slap af og gentag øvelsen – nu med den anden underarm forrest, når du griber om albuerne. Også her kan du, når du er blevet god til at stå stille, lave øvelsen med samlede fødder.



ØVELSE 3

Stå på det ene ben, som er helt strakt. Løft det andet ben og støt storetåen let på gulvet lige bag dig. Sæt hænderne i hofterne. Husk at løfte brystet opad. Forsøg at løfte tåen i længere og længere intervaller. Start eventuelt med at støtte albuen mod en væg og forsøg i længere og længere intervaller at slippe væggen. Skift ben.



Når du for alvor synes, du har balancen, så løft det andet ben – nu helt strakt – skråt fremad ud til siden uden at miste balancen og uden at hælde kroppen ret meget til den modsatte side. Ellers samme fremgangsmåde som med tå-støtten.

Fysiske aktiviteter for synshandicappede

Øvelserne er foreslået af Karsten Bruun, som er underviser og udvikler af fysisk aktivitet som fag og tema på vores kursus- og feriecenter Fuglsangcentret. Karsten har selv et synshandicap.



Jordforbindelse

Generelt gælder følgende for at få god jordforbindelse i balanceøvelserne: Mærk at du har samme vægt på følgende fire punkter: inder-hæl, yder-hæl, storetå trædepude og “ringtå” trædepude. Trædepuderne sidder på forfoden og ikke på tæerne – tæerne skal blot hvile på gulvet.

Julegaver til blinde og stærkt svagsynede

Arbejdet foran PC'en, i køkkenet og din hverdag bliver hurtigt nemmere med de rigtige hjælpemidler.

Her er forslag til julegaver der kan gøre livet lettere for blinde og stærkt svagsynede.

TEKST OG FOTO: REDAKTIONEN

Tastatur med ekstra store bogstaver og kontrastfarve fra Logic

Inkl. USB-lampe som giver lys over tastaturet
Fås hos Butik Kik. **840 kr.**



Tydelige bogstaver lige til at sætte på tastaturet

Tastaturark med store klistermærker til at sætte på tastaturet.
Fås hos Butik Kik. **55 kr.**

Skriveblok med kraftige linjer gør det nemmere at skrive og tage notater

Fås både i A4, A5 og A6
Fås hos Butik Kik.
Fra 20 kr.

Tuchpen der skriver tydeligt

Vandbaseret, der sikrer at den, ikke går igennem papiret.
Fås både med sort, rød og blå tusch.
Fås hos Butik Kik.
25 kr.



TV brillen MaxTV fungerer som forstørrelsesapparat

Et godt alternativ til en større TV skærm er TV brillen MaxTV. Med disse briller bliver TV skærmen dobbelt så stor. På selve brillen er der mulighed for at justere skarpheden. Optimal afstand til TV, når man har brillerne på, er tre meter.
Fås hos Butik Kik.
690 kr.

Få hjælp til at huske med en diktafon

Multi Memo passer lige i lommen, og tanker, noter og andre ting, der skal huskes, kan nemt indtales i stedet for at skrives. Nem at betjene med kun seks følbare knapper.
Fås hos Butik Kik.
160 kr.



Der tages forbehold for fejl og ændringer.



Attend Plus bordtelefon med ekstra store knapper og tal

Meget nemt at betjene.
Fås hos Butik Kik. **795 kr.**



Armbåndsur fra Ila til svagsynede med store tydelige tal
Fås i både crome og "guld".
Fås hos Butik Kik.
450 kr.



Med et TCC dansk-talende bordur er det nemt altid at have styr på klokken

Uret har indbygget alarm, 24-timers tidsmelding. Angiver også ugedag, dato, årstal.
Fås hos Butik Kik.
900 kr.



Bærbar ledlampe

Brug den som læselys, når du skal gætte kryds og tværs eller tag den med til middagsbordet, så du bedre kan se, hvor maden ligger på tallerkenen. Anvendelsesmulighederne er uendelige.
Fås hos Butik Kik.
250 kr.

Lommelup, som du kan have med over alt

Easy Pocket lup kan du altid have lige ved hånden, når det med småt skal læses.
Fylder næsten ingenting.
Med indbygget lys.
Fås hos Butik Kik.

3 x forstørrelse: **430 kr.**
4 x forstørrelse: **530 kr.**

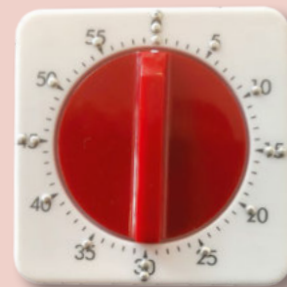




Minutur med følbare punkter

En prik for hvert femte minut. Magnet på bagsiden, så uret kan sidde fast på køleskabet. Fås hos Butik Kik.

400 kr.



Minutur med gode kontraster

Fås hos Butik Kik. **290 kr.**



Køkkenkniv fra DUX Victorinox

Solid og kraftig med justerbar styreskinne, hvilket gør, at man kan skære brød, pålæg og grønsager i forskellige tykkelser og i lige skiver.

Fås hos Butik Kik. **525 kr.**

Gryde med hældetud fra OBH Nordica

Letter madlavningen og forhindrer skoldningsulykker. Set hos Imerco.

649 kr.



Talende køkkenvægt

Helt uundværlig for synshandicappede, som vil beholde deres kulinariske færdigheder. Fås hos Butik Kik.

900 kr.

Jumbo spillekort

Store spillekort med tydelige tal, så alle kan være med. Fås hos Butik Kik.

100 kr.



I fremtiden kan kunstig intelligens redde synet

Kunstig intelligens har længe været i søgelyset som en mulig metode til hurtigere behandling af flere forskellige sygdomme, og nu viser forskningsresultater, at kunstig intelligens også vil kunne redde synet hos flere mennesker i fremtiden.

TEKST OG FOTO: REDAKTIONEN

Et engelsk øjenhospital har gennem de seneste år i samarbejde med videnskabsfolk undersøgt muligheden for at anvende kunstig intelligens til at diagnosticere øjensygdomme, og de foreløbige forskningsresultater er lovende og viser at kunstig intelligens muligvis vil kunne redde synet hos flere mennesker i fremtiden.

Det er ikke nyt at anvende 3D-scanninger af øjet som grundlag for at finde tegn på øjensygdomme, men med de nye metoder, der nu er udviklet, sker tolkningen af skanningerne med meget større præcision end tidligere. Metoderne er faktisk i stand til at henvise patienter med mere end 50 forskellige øjensygdomme til korrekt behandling. I nogle tilfælde var systemet faktisk bedre end



Kunstig intelligens er i andre sammenhænge blevet anvendt til at fortolke billeder fra scanninger, men det aktuelle system fra England, der for nylig er blevet præsenteret i en artikel i det videnskabelige tidsskrift, *Nature Medicine*, repræsenterer et nyt gennembrud for anvendelse af teknologien.

de førende øjenspecialister, der også deltog i forsøget.

Større mulighed for individuelle behandlingsforløb

Meget tyder derfor på, at kunstig intelligens i fremtiden vil kunne være en vigtig brik i forbindelse med at foretage en korrekt diagnose og efterfølgende personlig behandlingsforløb på baggrund af hver patients risikofaktor, og det vil kunne få stor betydning for de enkelte øjensygdommes udvikling hos den enkelte patient.

Stor gevinst for patienter

Som det ser ud i dag, er diagnosticering af øjensygdomme ved hjælp af øjenscanninger en meget tidskrævende opgave for øjnelæger, og derfor giver de gode resultater håb til, at øjeneksaminationer i fremtiden vil kunne forbedres betydeligt. Hurtigere og mere præcis diagnosticering vil betyde, at

øjnelæger i fremtiden vil kunne udnytte tiden bedst muligt, og det vil være til stor gavn for patienter.

Metoderne skal nu igennem en officiel godkendelsesprocedure hos sundhedsmyndighederne, og det forventes herefter i løbet af ganske få år at være klar til anvendelse inden for sundhedssektoren – også uden for England. ■

Identificering af øjensygdomme der fører til synstab

Projektet, der startede for to år siden, har gennem indlæsning og analyse af tusindvis af øjenscanninger lært at identificere sygdomme, der fører til synstab med meget stor sikkerhed, og systemet kan estimere, hvor hurtigt der skal sættes ind med behandling, såfremt yderligere synstab skal forhindres.

Anna fik nyt hjem på Solgaven med hjælp fra Dansk Blindesamfund

Kommunen mente ikke, at 85-årige Anna havde behov for at bo på Solgaven på trods af hendes synshandicap. I dag kan Anna alligevel byde velkommen i sin lille hyggelige bolig på Solgaven i Farum. Hun sidder foran det store vindue ud mod den lille gårdhave, der hører med til hendes nye bolig. Fuglene synger i træerne udenfor, og solen står højt på himlen. Og vigtigst af alt: Anna er glad.

TEKST: CHRISTINA HAMMER · FOTO: HENRIK FRYDKJÆR

To gange sagde Gladsaxe Kommune nej til, at 85-årige Anna kunne få lov til at få et nyt hjem udenfor Gladsaxe Kommune på Solgaven i Farum, der er et dag- og botilbud specielt for mennesker med synshandicap. Kommunen mente ikke, at Solgaven kunne gøre mere for Anna, end et almindeligt plejehjem kunne. Det på trods af, at Anna for ti år siden mistede synet på det ene øje som følge af en blodprop i øjet og samtidig lider af øjensygdommen AMD, der har taget størstedelen af hendes syn på det andet øje.

”Min mor havde nødkald til kommunen, men der kom ingen og hjalp hende, selv om hun trykkede på knappen.

”Da vi fik først det ene nej og så det andet nej fra kommunen, så anede jeg ikke, hvad jeg skulle stille op”, forklarer Annas søn, Jan.

Nødkald svigter, da Anna falder

Det var efterhånden begyndt at knibe for Anna med at skelne mellem fødevarerne i køleskabet på grund af det stærkt svigtende syn, og da Anna en nat i januar i år falder i sin lejlighed og måtte ligge hjælpeløs og alene på gulvet, indtil hjemmesygeplejersken kom næste morgen og fandt hende, begyndte utrygheden at indfinde sig hos Jan og familien.

”Min mor havde nødkald til kommunen, men der kom ingen og hjalp hende, selv om hun trykkede på knappen. Det var først næste morgen ved ni-tiden, at hjemmesygeplejersken fandt hende på gulvet. Og der havde du da rodet ret meget rundt. Det kunne vi da se”, siger Jan og smiler til Anna, der nikker træt. Gladsaxe Kommune har efterfølgende forklaret, at de troede, der var tale om et fejltryk på nødkaldet, og derfor sendte de ikke hjælp.

Efter faldet bliver Anna indlagt med en voldsom lungebetændelse og 14 dage efter overflyttet til et aflastningshjem til genoptræning, hvor hun er i to måneder. Men Anna er for svag til at komme op at gå, og derfor sidder Anna den dag i dag i kørestol.

Anna er stort set blind som følge af en blodprop i øjet og AMD. Gladsaxe Kommune mente dog ikke, at hun havde et særligt behov for at komme på et plejehjem for synshandicappede.





” Ifølge Dansk Blindesamfunds konsulent på sagen er det ikke usædvanligt, at kommunerne viser modvilje mod at sende borgerne til omsorgstilbud uden for hjemkommunen, fordi det er forbundet med en større udgift.

Utryk situation

Med faldet begyndte Anna, hendes søn og øvrige familie at tale om, at Anna måske kunne flytte på plejehjem og gerne et sted, hvor der blev taget hensyn til hendes synshandicap. Anna bliver nemlig nemt forvirret på grund af det manglende syn, hvis der sker for meget omkring hende, ligesom hun er støjfølsom af samme grund.

”Det var utrygt for os, at min mor var faldet og havde så store problemer med synet. Så vi var alle enige om, at det ville være godt for min mor at komme på et plejehjem. Men jeg må også indrømme, at jeg ikke havde ret meget tillid til de almindelige plejehjem i forhold til min mors handicap. På Solgaven fortæller personalet f.eks., hvem de er, når de kommer ind, fordi de ved, at beboerne har et synshandicap. Når der skal spises, præsenteres maden som en urskive, så man ved, hvor maden ligger på tallerkenen. Det giver bare en større livskvalitet”, forklarer Jan.

”Når jeg talte med andre, der havde indsigt i forholdene på et plejehjem, så stod det ret klart for mig, at det ikke ville være godt for min mor. Hun er lidt stille af natur og samtidig næsten blind. Der var alt for stor risiko for, at hun blev glemt i et hjørne. Samtidig havde jeg talt en del med forstanderinden på Solgaven og følte mig tryk og overbevist om, at det ville være det helt rigtige tilbud til min mor. Her er der fokus på synshandicappet. Der er mulighed for at sidde lidt afskærmet, der er mindre støj, og i det hele taget en atmosfære, der skaber ro”, forklarer Jan.

Ingen forståelse

Visitationsudvalget fra Gladsaxe Kommune kom på besøg, mens Anna var på aflastningshjemmet. Hun var stadig diffus efter faldet, havde mange smerter og fik stærk medicin. Det gjorde, at Jan ►

Jan har kæmpet ved sin mors side for at sikre hende en plads på Solgaven. Det lykkedes gennem hjælp fra Dansk Blindesamfunds konsulentordning.

KONSULENTORDNINGEN



Personalet på Solgaven arbejder målrettet på, at Anna skal ud af kørestolen. To gange om ugen får hun personlig træning af en fysioterapeut.

involverede Annas læge, der var enig i, at hun bestemt ikke kunne klare sig på egen hånd i hjemmet. Han mente også, at hun var visiteret på et tidspunkt, hvor hun var konfus og omtåget af medicin.

Jan sendte lægens udtalelser til kommunen sammen med ønsket om Solgaven som førsteprioritet og ellers bare en plejehjemsplads, fordi han ikke turde andet. Midt i februar kom det første afslag fra Gladsaxe Kommune. Begrundelsen var, at Solgaven ikke kunne gøre mere for Anna end ethvert andet plejehjem.

Visiteret efter forkert paragraf

Desperat søger Jan efter gode råd på nettet og falder over Dansk Blindesamfunds konsulenttjeneste. Han kontakter en af de fire socialrådgivere, der sammen med 43 synshandicappede konsulen-

” Socialrådgiveren lod Gladsaxe Kommune forstå, at Dansk Blindesamfund var klar til at sende en klage til Ankestyrelsen, men så langt kom det heldigvis aldrig.

ter hjælper mennesker med synshandicap i blandt andet kommunale sager om ansøgninger til plejehjemspladser, aktivitets-tilbud og andre tilbud, som skal godkendes i kommunerne.

Da Dansk Blindesamfunds socialrådgiver dykker ned i sagen, viser det sig hurtigt, at Anna er tilkendt en plejehjemsplads efter

de gængse regler i lov om almene boliger og to paragraffer, der handler om Boligtilbud til ældre, men socialrådgiveren mener, at Anna skal visiteres efter en paragraf i serviceloven, der tager højde for de særlige udfordringer, som Anna har – blandt andet at hun har et synshandicap og derfor nemmere bliver forvirret, når der er meget støj omkring hende.

”Socialrådgiveren lod Gladsaxe Kommune forstå, at Dansk Blindesamfund var klar til at sende

en klage til Ankestyrelsen, men så langt kom det heldigvis aldrig.”

Trist på samfundets vegne

”Det tog mindre end en uge, så sagde Gladsaxe Kommune ja til, at min mor kunne få en plads på Solgaven, og herefter gik det hele hurtigt og uden problemer”, siger Jan. Han er ikke sikker på, at han selv kunne have fået samme resultat uden Dansk Blindesamfund.

”Jeg var klar til at hyre en advokat og det hele. Jeg er selvfølgelig utrolig glad for den hjælp, vi har fået i Dansk Blindesamfund, men jeg er også utrolig trist på samfundets vegne. For konklusionen er, at den, som ikke er stærk eller har ressourcer eller har pårørende, der kan finde den rette hjælp – det menneske er bare tabt i systemet”, siger Jan.

”Jeg oplever en utrolig forskellig tilgang til brugen af Solgavehjemmene fra kommune til kommune. Jeg har talt med flere af beboerne her på Solgaven. Nogle er kommet her, når de har ønsket det, mens andre har kæmpet med kommunen i både otte og ti måneder. Vores kamp varede to måneder, og da konsulenten kom ind over, gik der kun en uge, så fik vi en plads, og på den måde har det været nemt for os. Jeg er overbevist om, at Gladsaxe Kommune gjorde kort proces, da Dansk Blindesamfunds konsulent kom ind over”, siger Jan.

De er så søde her

For Anna er tilværelsen så småt ved at få en ny form på Solgaven i Farum. To gange om ugen går hun til fysisk træning, og ellers kan hun deltage i forskellige aktiviteter som håndarbejde og sang. Om onsdagen er hun kommet med i en lille klub for nye beboere, hvor der er kaffe og snak, så man har nogle andre at dele tanker om det nye liv med.

”Jeg er så glad for at være her. Det er da hårdt at vænne sig til et nyt liv og skulle bede om alt, når man altid har klaret sig selv. Men de er så søde her. De er så hjælpsomme, og de roser mig og tager hensyn til, hvad jeg kan fysisk. Det er rart”, siger Anna med sit brede smil, der når helt op i de lidt tågede, men meget glade øjne. ■

Der er forskellige sociale aktiviteter på Solgaven – lige fra håndarbejde over sang til yoga, men fælles for dem alle er, at de tager hensyn til de ældres forskellige synshandicap.

Fakta om konsulentordningen

- **Gratis for alle med synshandicap:** Du behøver ikke at være medlem af Dansk Blindesamfund for at få hjælp fra en konsulent.
- **Kort ventetid:** Når du lige har mistet synet helt eller delvist, kan det være uoverskueligt at vente på hjælp fra kommunen. Derfor har vi lokale konsulenter over hele landet, der rykker ud med kort varsel.
- **Rollemodeller:** Alle konsulenter har et synshandicap, så de har personlig indsigt og mange gode råd at give videre.
- **Hjemmebesøg:** Når man lige har mistet synet, kan det være svært at bevæge sig rundt, så derfor tilbyder konsulenterne altid at komme hjem til dig.
- **Bisidning hos kommunen:** Fire uddannede socialrådgivere er tilknyttet konsulentordningen, og de kender reglerne og dine rettigheder. De kan hjælpe dig med sager i kommunen.
- **Det kan konsulenterne også hjælpe dig med:**
 - Få bevilget støtte, kurser eller hjælpemidler til at klare hverdagen.
 - Finde et botilbud, som er indrettet til ældre borgere med synshandicap.
 - Ansøge om ledsagerordning og andre ordninger for mennesker med synshandicap.
 - Klage over afgørelser truffet af kommunen.
 - Finde et nyt job eller vende tilbage til det gamle med synstabet.
 - Teknikker til at lave mad, klare hverdagsopgaver i hjemmet, dyrke idræt eller bevare hobbyer med synstabet.





Alle har ret til et værdigt liv

Ny rehabiliteringschef hos Dansk Blindesamfund skal sikre endnu bedre støtte, rådgivning og rehabilitering til mennesker med synshandicap.

TEKST: CHRISTINA HAMMER FOTO: HENRIK FRYDKJÆR

Det blinde barn skal ikke på kursus alene. Hele familien skal med. Blinde og stærkt svagsynede i arbejde skal være rollemodeller for ledige og hjælpe dem til at finde fodfæste på jobmarkedet. Der skal langt større fokus på motivation og fysisk aktivitet, men vi må heller ikke glemme det følelsesmæssige aspekt og behovet for kurser i simpelthen at mestre livet med et synshandicap. Og det er blot nogle af de områder som skal i fokus de kommende år”, beretter Dansk Blindesam-

funds nye rehabiliteringschef, for ideerne flyder ud af Birgitte Lilletvedt, 47 år.

Han ville ikke hjem

På spørgsmålet om, hvilken forskel rehabilitering egentlig gør for mennesker med synshandicap, tænker hun sig godt om: ”Jeg fik engang en sms fra vores rehabiliteringscenter om, at der var en lille blind dreng, der var på et familiekursus, der næsten var slut. Han var så ked af det, for han ville ikke hjem. Det var det bedste sted, han nogensin-

de havde været. Da han kom på kurset, gik han usikkert og foroverbøjet. Han var helt krumrygget trods sin alder og turde ikke gå på trapper.

For første gang i sit liv havde han fået en hvid stok i hånden, og han havde fået hjælp af mo-

Ferie- og kursuscentret Fuglsangcentret er et vigtigt omdrejningspunkt for Dansk Blindesamfunds rehabiliteringsindsats. Her får nyblinde et nyt syn på at håndtere bl.a. madlavning, teknologi og håndarbejde.

” Hvis du kommer ud for en trafikulykke, så bliver du automatisk sendt til genoptræning, men mister du synet, så er det helt tilfældigt, om du bliver sendt videre til rehabilitering.

bilitetsinstruktøren. Da kurset var slut, løb han rundt. Op og ned af trapperne. Det er den forskel, rehabilitering kan gøre for et menneske med synshandicap”, siger Birgitte.

”Så bliver man lige mindet om, hvorfor man går på arbejde hver dag og er så glad”, funderer Birgitte.

I første omgang var det kærligheden, der fik Birgitte til Danmark. Birgittes mand arbejder i en dansk virksomhed, og igennem fire år har hun pendlet mellem Danmark og Norge og haft en kontorplads nogle dage om ugen hos Dansk Blindesamfund. Siden midten af januar har Birgitte fungeret som rehabiliteringschef, og siden da har hun gravet sig ned i de danske tilbud, som allerede er gode, men sag-



Et værdigt ældreliv er et af de indsatsområder Dansk Blindesamfund ønsker at styrke i fremtidens rehabiliteringsarbejde.

tens kan blive bedre og komme ud til mange flere. Blandt andet efter norsk forbillede.

Tilfældigt om du får hjælp

Birgitte kommer fra en lignende stilling hos Norges Blindeforbund. I Norge har blinde og stærkt svagsynede flere rettigheder, der er reguleret gennem lov, så alle uanset alder får et tilbud om rehabilitering.

I Danmark er der ikke den samme rettighed. Her afhænger

meget af kommunernes økonomi, og ikke alle får de tilbud om rehabilitering, som de behøver. Samtidig er der ikke et system, der sikrer, at blinde og stærkt svagsynede kommer videre til de tilbud, de har behov og krav på.

”Hvis du kommer ud for en trafikulykke, så bliver du automatisk sendt til genoptræning, men mister du synet, så er det helt tilfældigt, om du bliver sendt videre til rehabilitering. Det afhænger af kommunen og øjenlægen. Nogle sender borgerne videre. Andre gør ikke. Det betyder, at mange blinde og stærkt svagsynede i Danmark ikke får den hjælp, som de behøver”, forklarer Birgitte, der er meget begejstret for, at det er blinde og stærkt svagsynede selv, der tager ansvaret for rehabiliteringen.

”Jeg kan rigtig godt lide tanken om, at den, der har skoene på, ved, hvor de trykker. Når man selv ser dårligt, ved man også, hvordan det er at leve med et alvorligt synshandicap. Det er et godt princip, at den, det hele handler om, selv bestemmer. ►



REHABILITERING

Vi vil gerne levere mere rådgivning og flere ydelser i hele landet, men kommunerne skal altså være med til at betale regningen”, siger Birgitte.

Fokus på fysisk aktivitet

Visionen i Dansk Blindesamfund er at tilbyde rehabilitering i et livslangt perspektiv til børn, unge, erhvervsaktive og ældre. De skal alle inkluderes i sam-



fundet hele livet igennem på lige fod med alle andre gennem stærke rehabiliteringstilbud.

”På den funktionelle og kompenserende side er vi godt med, men vi kan blive bedre på flere områder. Vi vil gerne have et øget fokus på fysisk aktivitet og motion, fordi det giver velvære at bevæge sig. Vi vil gerne udvikle et motionsunivers på Fuglsangcentret, hvor der bliver et fitnessrum og en hal, så vi kan spille boldspil, tilbyde spinning, dans og yoga. Men det koster mange penge, og der er vi helt afhængige, ikke kun af fondsmidler, men også de bidrag, som vores bidragsyder giver.

Hver en krone tæller i det regnestykke”, forklarer Birgitte, der også gerne vil udvikle kurser, der fokuserer mere på de følelsesmæssige aspekter af at have et synshandicap.

”Vi arbejder allerede i dag med sorg og krisereaktioner i forbindelse med et synstab, men vi vil gerne tilbyde flere kurser, der har fokus på at håndtere en stressende og krævende livssituation, som eksem-

” Vi vil gerne levere mere rådgivning og flere ydelser i hele landet, men kommunerne skal altså være med til at betale regningen.

pelvis mange nyblinde oplever. Gennem forskellige teknikker til at mestre livet og fokus på en livsomstilling, kan hverdagen bliver lettere med et synshandicap”, forklarer Birgitte.

Fokus på hele familier

Et andet og vigtigt indsatsområde er børn, unge og familier.

”Oftentimes omfatter rehabiliteringen kun barnet og en forælder, men ved at inddrage hele familien på kursus, får alle en god forståelse for den synshandicappedes situation, og alle får den rette oplæring i at hjælpe og støtte det synshandicappede familiemedlem. Samtidig møder man andre familier og danner netværk og ser, at man er en familie som alle andre”, fortæller Birgitte.

Uddannelse og arbejde

Beskæftigelse er også et vigtigt område. ”Det er bekymrende, at så mange blinde og stærkt svagsynede er uden arbejde, og færre og færre unge gennemfører en uddannelse. Så her er bestemt også et område, som vi har tænkt os at sætte fokus på. Der er så mange kompetencer, der går tabt.

I Norge udviklede vi et karriereværksted med en mentorordning, hvor blinde og stærkt

Der er et stort behov for en stærkere indsats over for synshandicappede børn og unge i Danmark. Derfor er det afgørende, at Dansk Blindesamfund gør en målrettet indsats, så flere af de synshandicappede børn og unge bliver en del af fællesskabet.



Strategiske indsatsområder for Dansk Blindesamfunds rehabiliteringsarbejde

Dansk Blindesamfund ønsker at arbejde for øget inklusion og lige muligheder for mennesker med synshandicap, og derfor styrker vi vores rehabiliteringsarbejde i de kommende år. Foreløbig er fire strategiske indsatsområder formuleret:

Rehabiliteringschef Birgitte Lillevedt ønsker at styrke dansk Blindesamfunds rehabiliteringsindsats for på den måde at øge inklusion og lige muligheder for mennesker med synshandicap

svagsynede i job hjælper andre og støtter dem i deres vej ud på jobmarkedet. Det gør en forskel med en stærk rollemodel, og det er en model, der let kan implementeres i Danmark også. Jeg kan godt sidde og motivere, men det virker bare langt bedre, når synshandicappede hjælper andre synshandicappede. Det giver en helt anden tro på sig selv, fordi man kan spejle sig i sin mentor”, forklarer Birgitte, der ikke tvivler på vejen frem.

”Rehabilitering er muligheden for et værdigt liv. Muligheden for et aktivt liv. Et selvstændigt og meningsfyldt liv. Der er et enormt potentiale i rehabilitering, hvis vi får den nødvendige økonomiske støtte.

I Norge har indsamlingen og bidragene været udslagsgivende for de mange gode tilbud, og det er de også i Danmark. Alle bidrag gør en forskel, og for blinde og stærkt svagsynede betyder det en hel verden til forskel, om der er gode tilbud om rehabilitering eller ej”, siger Birgitte. ■

Aktive børne- og ungeliv

Der er et stort behov for stærkere indsatser over for synshandicappede børn og unge i Danmark. Selve fundamentet for inklusion, selvstændighed, livsmessage og identitet skabes i børne- og ungdomsårene, og det er afgørende med en målrettet indsats, så flere børn med synshandicap bliver en del af fællesskabet.



Øget beskæftigelse

Mens der er rekordmange lønmodtagere i arbejde i Danmark, er synshandicappedes beskæftigelsesfrekvens fortsat enorm lav. Det betyder, at mange synshandicappede ikke får mulighed for fællesskab, anerkendelse og identitet via arbejdspladsen. Vores ambition er, at flere med synshandicap skal i arbejde, og flere, der rammes af et synshandicap, skal formå at beholde deres arbejde.



Værdige ældretilværelse

En forudsætning for aktiv samfundsdeltagelse, når man rammes af et synshandicap, er som regel, at man kan få tilbud om en helhedsorienteret rehabilitering. Mange, som er over den erhvervsaktive alder, får ikke et relevant og sammenhængende tilbud om rehabilitering, som det ser ud i dag. Vores ambition er, at ældre skal have relevante tilbud om rehabilitering i løbet af deres ældretilværelse for at kunne håndtere dagligdagen og få øget livskvalitet.



Psykisk og fysisk sundhed for alle

Mange synshandicappede oplever ofte krise, sorg, ensomhed og isolation ved synstabet. Dette giver tab af selvtillid, svagere mental robusthed og dårligere fysisk sundhed. Vores ambition er, at alle synshandicappede kan få støtte til at acceptere og afklare deres synshandicap og konkrete værktøjer til at håndtere dagligdagen og deltage i et aktivt socialt liv.





Filt er en vigtig del af livet i Mongoliet. Nomadernes runde telte er lavet af filt, ligesom tøj, sko, tæpper og mange andre dagligdags ting i Mongoliet er fremstillet af filt. Arkæologiske fund tyder på, at filtning er den ældste teknik til at fremstille stof. Filt isolerer godt og er derfor et oplagt materiale til te- og kaffe-hætter, bordskånere mv.

Filt giver håb for fremtiden i Mongoliet

I Mongoliet bor omkring halvdelen af landets ca. 3 millioner indbyggere i hovedstaden Ulaan Baatar. Også Bat-erdene og Tungalag, der er filtarbejdere og stærkt svagsynede.

TEKST OG FOTO: JANE STIESDAL, SØREN STAUN, INHOUSE COPENHAGEN. M.FL.

Vi er i Mongoliets hovedstad Ulaan Baatar. Rundt om bordet hos den mongolske blindeorganisation Mongolian National Federation of the Blind (MNFB) sidder en gruppe filtarbejdere klar til at fortælle om deres liv og deres arbejde. En af kvinderne smiler genert og glatter håret med hænderne, da der kommer gæster fra Dansk Blindesamfund. Hun hedder Bat-erdene og er en kvinde med stærke ru hænder præget af et langt livs hårde arbejde.

Fra land til by

Som så mange andre i Mongoliet var Bat-erdene oprindeligt

nomade. Hun er opvokset på de store enorme mongolske stepper, hvor de åbne vidder dækket af græs og urter var hendes hjem. Oprindeligt var hun hyrde, men i takt med, at hendes syn blev dårligere, blev det umuligt for hende at klare sig på stepperne. Hun mistede mange dyr på grund af ekstra hårde vintre. Situationen var kritisk for mange hyrder, da der heller ikke kom regn, så græsset tørrede ind, og der blev mangel på foder til dyrene. Hun fortæller, at de boede i en ger (et traditionelt, rundt filttelt). Om vinteren, når temperaturen faldt til minus 40 grader, var det nødvendigt at holde ild i ovnen om natten,

særligt så længe børnene var små. Men de havde svært ved at skaffe brænde og mad nok til at klare sig gennem vinteren. Derfor flyttede hun sammen med sin familie for 18 år siden til Mongoliets hovedstad Ulaan Baatar.

Hjælp til hele familien

De første år i Ulaan Baatar var Bat-erdene arbejdsløs, og familien var fattig. Men for ca. fem år siden fik hun mulighed for at starte på det mongolske blindeforbunds uddannelse til filtarbejder, og efter uddannelsen er hun blevet ansat på filtfabrikken. Som filtarbejder får hun en højere løn, end hun kunne tjene før. Det giver familien et bedre liv, og hun er flyttet ind i en

lejlighed i en nybygget boligblok særligt for blinde og svagsynede.

Bat-erdene har syv børn, hvoraf de to også arbejder på filtfabrikken, for de er

nemlig ligesom Bat-erdene ramt af en øjensygdom og er stærkt svagsynede. Filtfabrikken gør derfor en stor forskel for hele familiens liv. "Det har været hårdt at tage sig af børnene og se, at de – ligesom mig – gradvist har mistet deres syn", forklarer Bat-erdene. "Jeg forstår dem måske bedre, fordi jeg selv ser dårligt, men det har været hårdt.

Vi har også haft svært ved at klare det. Der er så mange ting, der bare skal ordnes og regninger, der skal betales, så det har ofte været svært. Jeg er derfor utrolig glad for, at fabrikken og blindeorganisationen har sikret både mig og mine børn en bedre fremtid, for jeg kan ikke sørge for mine børn hele deres liv. Jeg er så taknemmelig for mit job og min lejlighed; den er varm, der er alle de moderne ting, varme, vand og elektricitet. Det gør dagligdagen meget lettere for mig."

” En dag så jeg et program i fjernsynet, hvor studieværten besøgte den mongolske blindeorganisation, og så besluttede jeg mig for, at det ville jeg også

Fra ingeniør til filtarbejder

Ved siden af Bat-erdene ved det runde bord sidder Bat-erdenes kollega Tungalag, der ligesom Bat-

erdene er ramt af et synshandicap. Tungalag er studerende og i gang med den 2-årige uddannelse som filtarbejder.

”Jeg håber, at jeg kan finde et job, når jeg bliver færdig med min uddannelse her om ca. et år. Lige nu får jeg invalidepension, men jeg vil gerne tjene mine egne penge”, fortæller Tungalag. Tungalag er oprindeligt uddannet ingeniør og har arbejdet som bibliotekar på universitetet. ”Jeg har også undervist i russisk”, fortæller Tungalag og fortsætter: ”Jeg har haft problemer med synet i mange år. Men for ca. fire år siden blev jeg helt blind. Da jeg mistede synet, følte jeg mig meget alene. I to år gik jeg bare derhjemme og brugte det meste af dagene på at vente på, at min mand kom hjem fra arbejde om aftenen. Jeg var ked af det og havde lyst til at gemme mig, men vores yngste søn boede stadig



De første år i Ulaan Baatar var Bat-erdene arbejdsløse, og familien var fattig. Men for ca. fem år siden fik hun mulighed for at starte på det mongolske blindeforbunds uddannelse til filtarbejder, og efter uddannelsen er hun blevet ansat på filtfabrikken.

hjemme, så jeg kunne ikke bare opgive det hele.”

Vi hjælper hinanden

”En dag så jeg et program i fjernsynet, hvor studieværten besøgte den mongolske blindeorganisation, og så besluttede jeg mig for, at det ville jeg også”, fortæller Tungalag og fortsætter: ”De var alle sammen så søde og positive, da jeg kom på besøg. En af de ansatte kom og tog min hånd og viste mig rundt. Jeg mødte andre blinde og hørte om alle mulighederne for at få en ny uddannelse. Blindeorganisationen har både uddannelse indenfor musik, it, massage, filtarbejde og som cafémedarbejder. Jeg valgte uddannelsen som filtarbejder. Det er nyt for mig at lære et håndværk, men det er en stor tilfredsstillende for mig at lære at arbejde med filten. Jeg er også glad for, at jeg har fået kolleger, venner og klassekammerater her. Det er dejligt at opleve, at selvom mit syn er blevet dårligere, har jeg stadigvæk mange muligheder. Her hjælper vi alle ▶

Bag blindeorganisationen og filtfabrikken ligger boligblokken hvor Bat-erdene bor.



INTERNATIONALT

sammen hinanden. Jeg er glad for, at jeg ikke længere sidder derhjemme og venter på, at min mand kommer hjem.”

En særlig uddannelse

Uddannelsen til filtarbejder er særligt tilrettelagt for blinde og svagsynede. Det betyder, at alt foregår på små hold, så der er tid til, at alle kan få tingene i hænderne. Eleverne er meget forskellige. Der er både unge, som kommer direkte fra skolen, mennesker fra byen med lange uddannelser, som har arbejdet med andre fag i mange år, og hyrder, der har levet på stepperne, til de mistede synet.

Mongolian Circles

For at give flere blinde og svagsynede samme muligheder som Bat-erdene og Tungalgag er Dansk Blindesamfund, Blindes Arbejde og det mongolske blinddeforbund, MNFB, gået sammen om at udvikle filtprodukter baseret på et nyt design. Som start er der tale om kaffe- og tehætter samt bordskånere. Produkterne skal i første omgang sælges i Blindes Arbejdes



Tungalag er ligesom Bat-erdene ramt af et synshandicap og i gang med uddannelsen som filtarbejder.

fem butikker i Danmark og via webshoppen.

I 2016 besøgte den danske designer Dorthe Merete Lykke Jensen filtfabrikken i Mongoliet, hvor hun i samarbejde med filtarbejderne designede ”Mongolian Circles”. Designet er inspireret af mongolske traditioner, hvor cirklen indgår som et centralt element.

Punktskrift har også bidraget som inspiration til Mongolian Circles. Målet er at skabe en design-linje af bæredygtige filtprodukter, der kan sælges i

Europa og sikre de mongolske filtarbejdere en god og stabil indtægt. Som Bat-erdene siger: ”Jeg håber, der kommer gang i produktionen, så vi kan sælge vores filt i andre lande og tilbyde jobs til flere blinde og svagsynede”.

Hvis alt går efter planen, vil de første te- og kaffehætter samt bordskånere kunne købes i Blindes Arbejdes butikker inden jul. Følg med og køb de nye filtprodukter på www.blindesarbejde.dk ■



Mongoliet

Der lever lidt over 3 millioner mennesker i Mongoliet. Omkring halvdelen bor i hovedstaden Ulaan Baatar. Landet er præget af økonomisk vækst, flere børn kommer i skole og den gennemsnitlige levealder er stigende. Men mange blinde får ikke automatisk glæde af den økonomiske fremgang og lever stadig i fattigdom. Verdensbanken vurderer, at ca. 21 % af befolkningen i Mongoliet er fattige, og her er handicappede overrepræsenterede. Dansk Blindesamfund har samarbejdet med den mongolske blindeorganisation Mongolian National Federation of the Blind MNFB siden 2006. Samarbejdet er støttet af DANIDA og Danske Handicaporganisationers globale program.



Støt mongolsk filtproduktion

Designudvikling skal hjælpe filtarbejderne med at øge produktionen, og snart kan du støtte projektet ved at købe de første mongolske filtprodukter hos Blindes Arbejde i Danmark.



DORO har opgraderet deres smartphone. Nu er den endnu mere enkel.

Vind den nye Doro 8040

Gæt Janice Maediteres ordsprog, der står herunder med punktskriftalfabetets prikker.



Blandt de rigtige svar trækker vi lod om to Doro 8040. Uanset om du skal købe din første smartphone eller opgradere en gammel, så kan du nu opleve en helt ny elegance og enkelhed i den nye Doro 8040. Doro 8040 vil imponere enhver, der kommer i nærheden af den, med sin store, smukke skærm og evne til at tænke endnu mere som dig. Med Doro 8040 skal du ikke tage komplicerede valg. Foretag en hvilken som helst handling nemt og hurtigt via intuitiv navigation, der også husker de handlingsfunktioner, du mest bruger. Træk opad på skærmen for at få flere funktioner og apps, træk ned for at få adgang til hurtigfunktioner og notifikationer. Doro 8040 leveres også med praktiske tjenester som My Doro Manager og Doro Connect and Care® samt indbygget tryghedsalarm med GPS position. Send svaret senest 31. december 2018 til oejeblikket@blind.dk eller Dansk Blindesamfund, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup ■



Vinderne fra sidst

Svaret på sidste nummers konkurrence: Det højeste man kan nå er ikke aldrig at falde men at rejse sig efter hvert fald.

Vinderne er:
Marianne Laub, Charlottenlund
Esther Thuesen, Harlev J



Blindes tekstsprog

Punktskrift blev opfundet for næsten 200 år siden af franskmanden Louis Braille. Han blev blind som tre-årig ved en ulykke med værktøjet i sin fars sadelmagerværksted. På en specialscole i Paris blev han senere dybt fascineret af at udvikle et tegnsystem, så blinde selv kunne lære at læse og skrive. Braille var samtidig en dygtig musiker, og punktskrift findes også som musikprog. I dag er Braille tilpasset stort set alle større sprog og det primære system til skriftlig kommunikation for blinde i hele verden.



⠁	⠃	⠉	⠇	⠑	⠋	⠎	⠕	⠗	⠞
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
⠅	⠇	⠎	⠉	⠑	⠋	⠎	⠕	⠗	⠞
K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T
⠑	⠋	⠎	⠉	⠑	⠋	⠎	⠕	⠗	⠞
U	V	W	X	Y	Z	Æ	Ø	Å	



Synslinjen giver råd og støtte ved synstab

Spørgsmålene kan være mange, når man oplever, at synet svigter. Er man selv ramt, eller kender man nogen, som er ramt af en synsnedsættelse, kan man få hjælp hos Synslinjen. Ring til Synslinjen, hvis du har behov for at tale med én og få gode råd og vejledning.

Ring på telefon 45 80 00 10

Telefonen er åben: Mandag kl.
9.00-13.00, onsdag kl. 13.00-17.00
og torsdag kl. 17.00-21.00
eller få yderligere information på
www.synslinjen.dk.

Synslinjen er skabt i et samarbejde mellem Dansk Blindesamfund og Øjenafdelingen på Århus Universitetshospital.

Dansk Blindesamfund passer godt på dine personoplysninger

EU's databeskyttelsesforordning er trådt i kraft og derfor gælder nye regler for, hvordan vi behandler dine personoplysninger i forbindelse med din tilknytning til os. Kort fortalt betyder de nye regler bedre beskyttelse af dine personoplysninger samt bedre overblik og kontrol over oplysningerne. Hos Dansk Blindesamfund indsamler og behandler vi en række oplysninger om dig, når du er bidragyder eller på en anden måde har været i kontakt med os. Dette gør vi for at kunne administrere dine bidrag bedst muligt og give dig den bedste service. Du kan læse mere om, hvordan vi behandler dine oplysninger i vores privatlivspolitik på hjemmesiden: www.blind.dk/privatlivspolitik

