

# Instituttet

for Blinde og Svagsynede

## NEDSAT SYN? FÅ HJÆLP HOS IBOS

Til dig med nedsat syn, der er fyldt 16 år, men endnu ikke er folkepensionist. Har du bopæl i Københavns Kommune, og står dit syn i vejen for en almindelig hverdag, kan du altid få gratis vejledning og rådgivning fra IBOS' synskonsulenter.

### SYNSKONSULENTER

Stefan Pedersen

F61X@kk.dk, tlf: 39 45 23 38

Stine Rud Bernhardt

LD4E@kk.dk, tlf: 39 45 23 37



# NEDSAT SYN? FÅ HJÆLP HOS IBOS

## IBOS LETTER HVERDAGEN

Når man oplever udfordringer som følge af sin synsnedsettelse, kan der være et behov for at lære at bruge forskellige hjælpemidler samt kompenserende strategier i hverdagen. Man kan derfor ved nye udfordringer benytte muligheden for at få gratis vejledning fra sin synskonsulent. I et tæt samarbejde afdækker man således behov og afprøver mulige hjælpemidler. Synskonsulenterne kommer gerne på besøg i hjemmet.

## BEVILLING AF HJÆLPEMIDLER

Der findes et utal af hjælpemidler, og ønsker man at ansøge om et eller flere hjælpemidler, er det vigtigt at Borger Center Handicap (BCH) kontaktes som det første. En henvisning (med afprøvning) skal komme fra BCH.

## SYNSVEJLEDNING

En synsvejledning kan indeholde følgende områder, men bliver vurderet i det enkelte tilfælde:

**Lys:** Bedre og mere lys øger muligheden for, at man kan skrive og læse igen. Få hjælp til korrekt lysætning.

**Mobility:** Det er vigtigt, at kunne orientere sig og færdes sikkert, både inde og ude, med nedsat syn. Få undervisning i teknikker, så man kan færdes så selvstændigt som muligt.

**Læsning:** At læse er en vigtig del af hverdagen. Lær at bruge oplæsningsprogrammer eller elektroniske lupper.

## Almindelig daglig livsførelse (ADL):

Gennem vejledning til alternative teknikker kan man igen lære at lave mad, gøre rent, købe ind og klare andre små og store opgaver i hverdagen.

**Støtte til pårørende:** Pårørende og andre omsorgspersoner kan få vejledning i at hjælpe personer med stærkt nedsat syn. Ved at mødes har man gode forudsætninger for at afklare behov, så man kan blive bedre til at tilrettelægge hverdagen.

## KONTAKT

Stefan Pedersen  
39 45 23 10 / 23 44 63 58  
Stine Rud Bernhardt  
39 45 23 37

Borgere som er gået på folkepension, skal henvende sig til CSV København.

**IBOS - Institutet for Blinde og Svagsynede**  
Rymarksvej 1 · 2900 Hellerup  
ibos@kk.dk · www.ibos.dk  
tlf. 39 45 25 45

**Institutet**  
for Blinde og Svagsynede

