

GODE RÅD TIL DIG SOM SEENDE

Instituttet

for Blinde og Svagsynede

- hvis du har en kollega med en synsnedsettelse.

Denne pjece giver tips og gode råd til at skabe en inkluderende arbejdsplads.



5 GODE RÅD

Få inspiration til hvad du kan være opmærksom på, hvis du har en kollega med synsnedsættelse. Tal også med din kollega om, hvad han eller hun har af ønsker og behov. Her omtaler vi din kollega som 'Nicolaj'.

1. PRÆSENTER DIG SELV

Når du møder din kollega med synsnedsættelse, fx på gangen eller i køkkenet, kan du sige: "Hej Nicolaj det er (dit navn)". Ved at benytte Nicolajs navn bliver han opmærksom på, at du taler til ham, og ved at nævne dit eget navn, ved han, hvem du er.

Ved håndtryk

Hvis du vil give hånd, når du præsenterer dig, kan du sige: "Hej Nicolaj, skal vi give hånd?". Når Nicolaj rækker hånden frem, kan du tage hans hånd.

2. TAL ALMINDELIGT

Folk kan blive usikre på, hvilke ord de kan bruge, når de taler med en person med synsnedsættelse. Tal helt almindeligt. Brug fx ordet 'se' præcis som du plejer.

3. TILBYD DIN HJÆLP

Hvis du vil tilbyde din hjælp, kan du fx sige: "Nicolaj, er der noget, jeg kan hjælpe dig med" eller "Nicolaj, skal jeg vise dig, hvor der er en ledig plads i kantinen?" eller "Vil du vide, hvad der står på bordet?".

Grib aldrig fat

Hvis du er i tvivl, om Nicolaj ønsker hjælp, så spørg ham og undlad uopfordret at gribe fat i ham eller gøre ting for ham.

4. TÆNK OVER MØDESITUATIONER

Når Nicolaj kommer ind i lokalet, kan du sige: "Nicolaj, der er en ledig plads her". Klap på stolen, så han kan gå efter lyden, og du kan guide ved at fortælle, hvilken vej han skal gå.

Præsentation

Præsenter dig for Nicolaj, hvis du sætter dig ved siden af ham. Du kan sige: "Hej Nicolaj, det er (dit navn), der sidder ved siden af dig".

Lav navnerunde

Start mødet med en navnerunde, så Nicolaj er orienteret om, hvem der er til stede i lokalet.

Ved tiltale, sig Nikolajs navn

Når du spørger Nicolaj om noget, hvor der er flere personer til stede, kan du fx sige: "Nicolaj, hvad mener du?", så han bliver opmærksom på, at du stiller ham et spørgsmål.

Før mødet

Send elektronisk materiale inden mødet. Tænk over, at det skal være tilgængeligt - man skal fx kunne læse det med skærmlæser. Det giver Nicolaj mulighed for at orientere sig på forhånd.

Benyttes der fx PowerPoint-præsentationer eller andet visuelt materiale, så sørg for at synstolke tekst og figurer. Du kan fx sige: "Det vi har på dagsordenen i dag er".

5. TÆNK OVER OMGIVELSERNE

Hold så vidt muligt fri passage i gangarealer og på trapper.

Luk døre og låger

Luk døre, skabslåger og opvaskemaskiner i køkkener.

Vigepligt

Hold til højre, når du går på gangarealer og trapper.

Hold døren

Når du holder en dør for Nicolaj, kan du sige: "Jeg holder døren". Præsenter Nicolaj for døre, der åbner automatisk, så han ved, hvor de er og hvilken vej de åbner.

Flyt ikke ting

Undgå at flytte rundt på kontormøbler og arbejdsredskaber, som Nicolaj benytter.

Flyt ikke Nikolajs hænder

Når du vil vise ting til Nicolaj, så undlad at flytte på hans hænder, men lad ham i stedet følge din arm eller hånd hen til den pågældende ting.

TÆNK PÅ

En synsnedsettelse kan have forskellig karakter og omfang, og mennesker med synsnedsettelser har derfor forskellige behov for at kunne fungere bedst muligt på en arbejdsplads.

RÅDFØR DIG MED DIN KOLLEGA

Vigtigst af alt er at have en åben dialog med din kollega, så præferencer forstås og respekteres. Så hvis du er i tvivl om, hvordan du bedst er sammen med din kollega med blindhed eller stærkt nedsat syn på jeres arbejdsplads så tag initiativ til at tale med vedkommende.

Det kan fx være spørgsmål som: "Er det stadig nyttigt for dig, at jeg siger, hvem jeg er, når vi går forbi hinanden på gangen?" eller "Hvordan vil du gerne have, at vi starter vores møder?" eller "Er der noget, vi kan gøre for at tage hensyn til dig, som vi ikke har talt om endnu?".

Du er altid velkommen til at kontakte IBOS for flere gode råd.



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