

# Så ledsagar du personer med synnedläggning

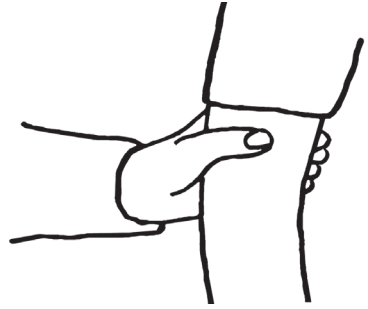




## Ledsagning av personer med synnedsättning

- Personen med synnedsättning håller ett fast grepp i ledsagarens överarm just över armbågen. Tummen är på utsidan, handen inåt mot kroppen och handleden är sträckt.

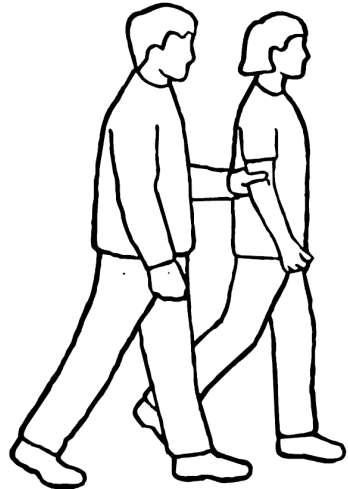
Det är minst ansträngande för ledsagaren om armen hänger rakt ner nära kroppen.



- Ledsagaren går ett litet steg före personen med synnedsättning. Ledsagaren hinner då upptäcka faror och kan skydda personen med synnedsättning.

- Gå i så räta vinklar som möjligt. Då kan personen med synnedsättning lättare orientera sig.

Glöm inte bort att ni är två och tar större plats.

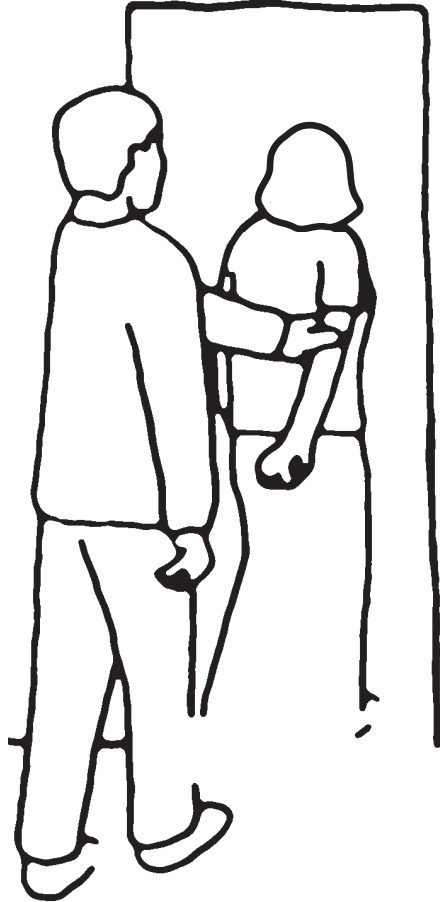


## Passera genom dörrar eller smala passager

- Ledsagaren går först och för sin ledsagararm in bakom sin egen rygg. Personen med synnedsättning håller kvar sitt grepp om armen och går bakom ledsagaren.

Ledsagaren kan vara extra tydlig och säga att det till exempel är en dörr.

- När man gått igenom dörren eller den smala passagen, för ledsagaren åter fram sin arm till sidan av kroppen och personen med synnedsättning går bredvid igen.



## Gå uppför och nerför i en trappa

Att gå i trappor kan kännas obehagligt för den som har en synnedsättning, i synnerhet nedför.

- Ledsagaren går ett steg före personen med synnedsättning i trappan och säger om trappan går upp eller ner.

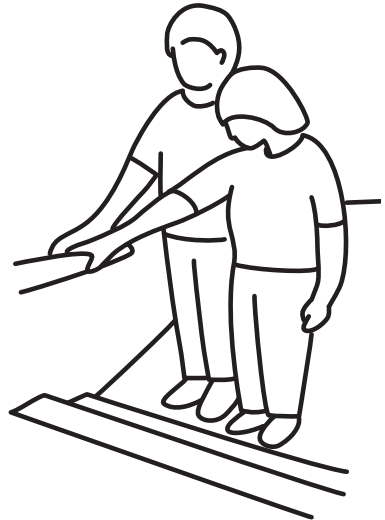
Ledsagaren kan också säga om trappan är rak eller svängd. I en svängd trappa ska personen med synnedsättning gå på den bredaste delen.



- En ledstång är ofta till stor hjälp för den som har en synnedsättning. Ledsagaren håller sin hand på ledstången och personen med synnedsättning följer armen ner till ledstången.

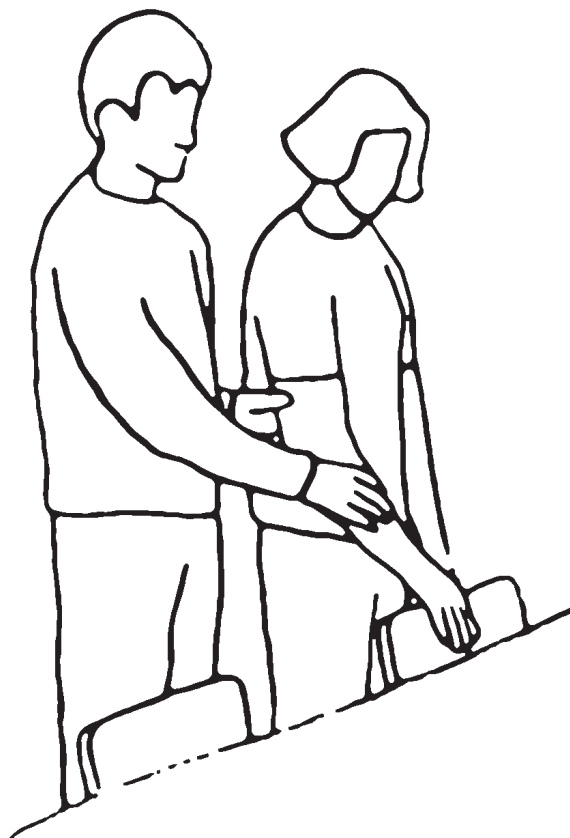
- Ledsagaren går fram till trappan och stannar och väntar tills personen med synnedsättning är beredd att gå.

- Ledsagaren stannar sedan på trappavsatsen tills personen med synnedsättning också är där.



## Visa sittplats

- Ledsagaren lägger sin arm på stolsryggen och personen med synnedsättning följer armen ned till denna.
- Ledsagaren kan förklara hur stolen står, sedan klarar personen med synnedsättning sig själv.
- Ledsagaren kan beskriva rummet om det är okänt för personen med synnedsättning.
- Vid toalettbesök kan ledsagaren beskriva var toaletten, toalettpappret och handfatet finns.



Text och illustrationer i denna broschyr är hämtade från Stockholms syncentral, Stockholms läns landsting.



**QR-koden leder till en teckenspråksöversättning på YouTube.**

QR-koder kan du läsa av med en app i din mobil.



# KONTAKTA DIN NÄRMASTE SYNCENTRAL

## Borås

Solhem, Ekenäsgatan 15, plan 9

504 55 Borås

Telefon: 033-616 25 60

## Göteborg

Ekelundsgatan 8, plan 5

411 18 Göteborg

Telefon: 031-759 22 60

## Skövde

Trädgårdsgatan 15 D, plan 1

541 30 Skövde

Telefon: 010-441 32 80

## Vänersborg

Vänerparken 21, plan 6

462 35 Vänersborg

Telefon: 010-441 49 80

**1177**  
VÄRDGUIDEN

Besök [1177.se](http://1177.se)  
eller ring 1177

Du kan också nå oss via  
1177 Vårdguidens e-tjänster.

[vgregion.se/hoh](http://vgregion.se/hoh)