

Top-10 tips

over slechtziendheid
voor zienden

Een slechtziende op de koffie

Ga je bij een slechtziende op de koffie? Of komt een blinde bij jou op bezoek? Deze 10 simpele tips helpen je om goed met diegene om te gaan.

1

Beschrijf de omgeving.

Een slechtziende komt bij jou op bezoek. Je hebt twee honden, en een dochttertje dat net kan lopen. **Vertel dit tegen de slechtziende, zodat diegene daar rekening mee kan houden.** Anders struikelt de slechtziende misschien over een hond of je kind.

Staat in je huis een antieke porseleinen vaas uit China? **Leg uit waar die staat.** Je kunt bijvoorbeeld zeggen: "Er staat een antieke vaas in de hoek rechts in de kamer." Slechtzienden voelen namelijk veel met hun handen, en met de taststok. Waarschuw de slechtziende van tevoren over kwetsbare dingen. Anders wordt de vaas misschien geraakt, terwijl diegene de weg probeert te vinden.

2

Zeg wat je doet.

Het is fijn voor de slechtziende als je informatie geeft, die diegene niet zelf kan zien. Kondig bijvoorbeeld aan dat je binnenkomt, en noem je naam. Loop je weg om koffie te halen? Zeg het. Anders blijft de slechtziende tegen je praten. Als diegene er vervolgens achter komt dat jij weg bent, geeft dat een ongemakkelijk gevoel.

3

Gebruik je stem.

Lichaamstaal wordt meestal niet gezien. Vriendelijk knikken, nee schudden, of een hand uitsteken werkt niet bij slechtzienden. Daarom kun je beter altijd met woorden communiceren. Bijvoorbeeld door "ja" te zeggen in plaats van te knikken. Of door te vragen: "Mag ik je een hand geven?"

4

Stel vragen.

Hoe slechtzienden geholpen willen worden, verschilt per persoon. De ene slechtziende vindt het fijn als je de hand vastpakt om aan te geven waar iets ligt. De andere blinde vindt het fijner als je vertelt waar het ligt. Wil je een slechtziende helpen? Vraag vooraf hoe je kunt helpen.

Zelfstandigheid is erg belangrijk voor veel slechtzienden. Vraag altijd eerst óf diegene geholpen wil worden! Help niet als diegene niet wil. Dring ook niet aan.

5

Spreek richting de persoon zelf.

Misschien vind je het logisch, maar slechtzienden zijn niet gek. Blinden ook niet. Vaak wordt via de begeleider gesproken, maar je kunt ze prima zelf aanspreken. Ze zien misschien niet goed, maar de rest werkt (meestal) nog gewoon!

Tip!

Je kunt woorden als 'zien' en 'kijken' gewoon gebruiken. Slechtzienden doen dat ook. Zelfs voor blinden is het normaal!

6

Ruim dingen op.

In het huis van slechtzienden heeft alles een vaste plek. Zo kan de slechtziende de spullen makkelijk vinden. Leg je iets ergens anders terug? Dan is het moeilijker voor de diegene om het terug te vinden.

Ben je bij van een slechtziende op bezoek? Zet de afwas op het aanrecht, gooi afval in de prullenbak. Het is voor slechtzienden niet te doen om alles op te ruimen. Zij kunnen namelijk niet alles zien. Ga je weer naar huis? **Het wordt gewaardeerd als je even meekijkt of alles is opgeruimd.**

7

Geef aan waar je iets neerzet of neerlegt.

Een kop thee, een glas water, of wat dan ook. Bied je iets aan een slechtziende, door het op tafel te zetten? **Vertel waar het staat.** Bijvoorbeeld: "Er staat een cadeautje recht vóór je."

Je kunt ook kloktijden gebruiken om aan te geven waar iets ligt. Bijvoorbeeld als je eten serveert: "Uw gehaktballen liggen op 2 uur."

Je kunt dat wat je wilt geven ook in de hand leggen van de slechtziende. Doe dit alleen als het niet heet, scherp of gevaarlijk is. En doe het ook niet met (warm) eten.

Of pak de hand van de slechtziende en duw die in de goede richting. Vraag altijd vooraf of je dat mag doen!

8

Laat geen gevaarlijke dingen liggen.

Was je brood aan het snijden, en loop je even weg? **Laat het broodmes niet zomaar op het aanrecht liggen.** Als een slechtziende iets zoekt, doet diegene dat door te voelen. Je wilt niet dat de vingers kennismaken met het mes. Dit geldt natuurlijk ook voor andere gevaarlijke spullen, zoals een schaar of een heet bord soep.

9

Doe deuren dicht.

Openstaande kamerdeuren, openstaande kastdeuren, open ramen, open lades, noem het maar op. **Alles wat open staat, is een extra gevaar voor slechtzienden.** Want het is moeilijk voor slechtzienden om deze dingen op te merken. Doe openstaande deuren, ramen en lades dicht. Zo voorkom je dat een slechtziende ertegenaan loopt, of eroverheen valt.

10

Leef je in!

Stel je eens voor hoe het is om slecht te zien. Waar zou je tegenaan lopen?

Voorbeeld: je legt een scherp mes op tafel. Stel je nu voor hoe het is om slecht te zien. Hoe 'kijken' slechtzienden? Door te voelen met hun handen. Wat gebeurt er als ze naar het mes grijpen?

Om te onthouden:

- Slechtzienden zien slecht. Daarom is gesproken informatie belangrijk.
- Slechtzienden zijn mensen, net als jij.
- Stel vragen en leef je in!

Als je deze tips volgt, maak je het bezoek voor de slechtziende makkelijker, fijner, en veiliger!

**BO
NUS**

Laat een geleidehond met rust als hij aan het werk is.

Als een geleidehond aan het werk is, mag je hem niet storen. Maak geen oogcontact. Aai de hond niet. Geef geen commando's. Spreek de naam van de hond niet uit. Geef hem geen eten. Ook niet stiekem. Doe alsof hij niet bestaat.

De hond moet zich kunnen concentreren tijdens het werk. Daarnaast moet hij alleen luisteren naar de eigenaar. Hij mag géén band opbouwen met anderen. Dan luistert hij namelijk minder goed naar zijn gebruiker. Daardoor komt diegene in gevaar!