

Under Cuppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Selvom det kan være en udfordring at leve med et nedsat syn, er det vigtigt at huske, at ingen står alene. Foreningen Nedsatsyn.dk er dedikeret til at skabe opmærksomhed omkring livet med et nedsat syn og til at dele viden, der kan lette hverdagen for dem, der lever med synshandicap. Desværre oplever mange med nedsat syn en mangel på støtte og tilbud, da eksisterende ordninger ofte er rettet mod blinde eller stærkt svagsynede. Dette efterlader mange med synsudfordringer til at klare sig selv i en verden, der ikke altid er tilpasset deres behov.

Vi ønsker at ændre dette paradigme og skabe et mere inkluderende samfund for alle med synshandicap. Men vi kan ikke gøre det alene. Vi har brug for din hjælp. Ved at blive en del af vores fællesskab giver du os større gennemslagskraft til at kæmpe for de rettigheder og tilbud, som mennesker med nedsat syn fortjener. Sammen kan vi gøre en forskel og skabe en mere inkluderende verden for alle. Bliv en del af fællesskabet og lad os sammen sætte fokus på de udfordringer, som mennesker med nedsat syn står overfor hver dag. [Bliv medlem](#)



I dette nummer kan du læse om:

- Inspirationsaften 14. marts - Synshjælpemidler
- Rundvisning på Christiansborg 25. maj – inkl frokost og kanalrundfart
- Deltag i undersøgelse – Kan du læse underteksterne på TV?
- IBOS Pårørendeundersøgelse - Vi har brug for dig!
- Tips og tricks – Lys på maden
- Nyt fra IBOS – Foredrag og fællesspisning
- ChatGPT guiden – Oversigter
- Synsmessen 2024 – Bliv udstiller



Under Euppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Inspirationsaften

Torsdag den 14. marts Kl. 17.00 til 19.30

Alle er velkommen

Inspirationsaftenen afholdes i Borgernes Hus,
Østre Stationsvej 15, 5000 Odense C. 3. sal lokale 3.6.

TEMA: Synshjælpemidler

Der er en masse forskellige løsninger og hjælpemidler som kan gøre en stor forskel i hverdagen. Der vil blive vist en masse forskellige ting og der bliver selvfølgelig mulighed for at se, mærke og prøve de mange forskellige løsninger.

Besøg af Birgit Christensen fra IBOS



Birgit Christensen som er leder af Hjælpemiddelsudstillingen på IBOS Instituttet for blinde og svagsynede i Hellerup, kommer på besøg og viser synshjælpemidler.

Birgit har i en årrække arbejdet med hjælpemidler til mennesker med nedsat syn, og har derfor en stor erfaring, som hun gerne deler ud af.

Har du et nedsat syn, eller er du pårørende, og ønsker du at blive klogere på de muligheder der findes, så er denne aften noget for dig.



Tilmelding

Tilmeld dig/jer, **senest den 10. marts 2024 på:** tilmelding@nedsatsyn.dk

Mad og drikke i pausen

Der kan bestilles en sandwich samt en vand, dette er gratis for medlemmer. Ikke medlemmer betaler 50 kr. på MobilePay 300185 ved tilmelding.

Mød andre med nedsat syn og pårørende

Der bliver også tid til at snakke med andre med nedsat syn og pårørende.

Har du spørgsmål, skriv eller ring/sms til:

Telefon 71 784 704 eller mail kontakt@nedsatsyn.dk



Under Euppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Rundvisning på Christiansborg, frokost samt kanalrundfart

Lørdag 25. maj 2024



Nedsatsyn.dk arrangerer en hyggelig dag med besøg på Christiansborg, frokost samt kanalrundfart.

VIGTIGT Der er et begrænset antal pladser og tilmeldingen sker efter "først til mølle" princippet.

Program

Opsamling

- Kl. 8.00 Start Odense Buspladsen Dannebrogsgade
- Kl. 8.50 Opsamling Nyborg Station
- Kl. 9.30 Opsamling Slagelse rasteplads v/Cirkle K
- Kl. 10.40 Ankomst og sikkerhedstjek på Christiansborg
- Kl. 11.00 Rundvisning Christiansborg v/Erling Bonnesen (ca. 2½ times gang)
- Kl. 13.30 Frokost Diamanten Ved Stranden 50, tæt på Christiansborg
- Kl. 15.15 Kanalrundfart fra Ved Stranden 25, 1 times sejltur
- Kl. 16.45 Opsamling og hjemtur



Vi mødes ved Christiansborg

Det er muligt at deltage i rundvisningen, frokost og kanalrundfart, ved at møde op ved Christiansborg, prisen er ens for alle deltagere og tilmelding er nødvendigt.

Pris og tilmelding

125 kr. for medlemmer af Nedsatsyn.dk

200 kr. for ikke medlemmer.

I prisen er inkluderet bus, frokost samt kanalrundfart, drikkevarer er for egen regning. Alle deltagere modtager en mail, hvor frokosten skal vælges.

Tilmelding på tilmelding@nedsatsyn.dk og anfør, hvor du vil stå på busser eller om du møder op på Christiansborg. Betaling skal først ske når du har modtaget bekræftelse på at der er plads. Obs. der er begrænsede antal pladser.

Under Luppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Betaling

Via MobilePay 300185 eller bankoverførsel 7171-1408345

Ved afbud

Efter den 1. maj vil det ikke være muligt at få det indbetalte beløb retur ved afbud.

Både opsamlings- og programtiderne kan blive ændret.



Turen foregår med Comfort Tours.

Har du spørgsmål så skriv til kontakt@nedsatsyn.dk eller ring på 71 784 704



Deltag i undersøgelsen – Kan du læse underteksterne på TV?

Vi har i Nedsatsyn.dk besluttet at lave en spørgeskema undersøgelse om læsning af undertekster på TV. Vi hører ofte om folks udfordringer med at læse underteksterne, den tidligere omtalte Inspirationsaften viser også at interessen er stor.

Vi vil bruge undersøgelsen til at analysere problemets omfang, og ud fra resultaterne vurdere, om det er noget vi skal arbejde videre med.

Undersøgelsen løber frem til 1. maj, og resultatet vil efterfølgende blive publiceret i Under Luppen. Der er 7 enkle spørgsmål som let besvares på et par minutter. Det er Nedsatsyn.dk der har udarbejdet spørgsmålene som besvares i Google Analyse, det er selvfølgelig helt anonymt at besvarer spørgeskemaet. Vi håber, du vil bruge et par minutter, og være med til at gøre os alle klogere.



[Besvar ved at trykke her](#)



IBOS Pårørendeundersøgelse

Vi har brug for dig!

Vil du hjælpe med din viden og erfaringer som pårørende?

af IBOS – Institutet for Blinde og Svagsynede

Hvordan opleves det at være nærmeste pårørende til en person med synshandicap i forhold til hverdagens opgaver, aktiviteter og socialt samvær? Og hvordan har man det, som pårørende?

Institutet for Blinde og Svagsynede (IBOS) er i gang med en større undersøgelse omkring livet som pårørende til voksne (18-66 år) med synshandicap. Vi mangler indsigter og viden om, hvordan pårørende oplever og håndterer hverdagens opgaver, aktiviteter, socialt samvær samt partnerens uddannelses- og arbejdssituation. Derfor søger vi nærmeste pårørende, fx kæreste, ægtefælle, voksne børn eller lignende, der har lyst til at bidrage til IBOS' pårørendeundersøgelse.

Hvordan kan du deltage:

1. Individuelt interview: Dybdegående samtale omkring de identificerede temaer og dine egne vigtigste perspektiver (tid og sted aftales individuelt).
2. Resultatdeling og initiativer: Bidrag til drøftelser og mulige initiativer til gavn for pårørende i samarbejde med relevante partnere.

Deltagere i undersøgelsen anonymiseres. Du er velkommen til at høre nærmere, give input og/eller tilmelde dig hos Dorte Marie Degn, udviklings- og projektkonsulent (og pårørende), på mobil 29 34 17 19 eller mail:

AB8E@kk.dk.



Under Cuppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Tips og Tricks

Vi har modtaget flere gode tips og tricks fra Vibeke, tusind tak for det.

Lys på maden

"Jeg bruger en lille opladelig boglampe som kan stå på bordet eller klipses på kanten af en tallerken. Købt på nettet hos ledide.dk"

Nøglehullet

"Jeg har svært ved at se et nøglehul, så har jeg malet rundt om det med hvid neglelak. Det får hullet til at se sort ud, og dermed mere synligt."

Tøjevask

"Jeg bruger et flydende farveløst vaskemiddel, og kan slet ikke se hvor meget jeg hælder op i ´bolden´. Så fandt jeg pat hælder nogle få dråber blå konditorfarve i flasken så vaskemidlet blev lyseblåt, Og så kan jeg se det. Og farven sætter sig ikke i tøjet "

Har du nogle tips & tricks, som andre kan ha' glæde af så del dem med os. Send en mail til kontakt@nedsatsyn.dk



Nyt fra IBOS

Fællesspisning og debatarrangement på IBOS

Du kan godt glæde dig til fællesspisning på IBOS den 19. marts. Her får vi besøg af Edis Adilovic, som er blind og har gået 800 km på Caminoen i Spanien uden anden hjælp end mobilitystok og telefon. "Som helt blind, 32-årig eventyrer er jeg ikke fremmed for at gå mine egne veje. Det har været min virkelighed, lige fra da jeg som ung drog afsted til New York for at studere i 2017 til, at jeg i 2023 tog afsted alene på Caminoen. Jeg elsker at søge nye oplevelser, at træde ud af min komfortzone og se, hvor grænserne egentlig går. Det er ikke fordi, jeg ikke kan lide at rejse med andre mennesker, tværtimod. Jeg elsker det sociale aspekt ved at dele oplevelser og at opdage nye steder med andre. Men lige i dette tilfælde havde jeg ingen venner eller bekendte, der havde både tid, lyst og den nødvendige udholdenhed til at gå 800 km med mig," fortæller Edis

Arrangementet er et debatarrangement og laves i samarbejde med SUKA.

Læs mere og tilmeld dig på IBOS' kursus-side (NemTilmeld):

<https://ibos.nemtilmeld.dk/482/>



ChatGPT guiden – Oversigter og skemaer

I tredje del af ChatGPT guiden, handler det om at om skemaer og oversigter

Når du chatter eller skriver med ChatGPT, ligner det meget SMS eller Messenger. Forskellen er at her er det en robot der svarer og hjælper dig. Det er vigtigt at du skriver tydeligt og forklare detaljeret, hvad det er du ønsker hjælp til.

ChaGPT kan være en stor hjælp for mennesker med nedsat syn, der er mange situationer hvor det er væsentligt lettere og enklere at bruge ChatGPT fremfor fx Google.

Det er enkelt at lave oversigter eller skemaer.

I nedenstående eksempel vil vi gerne have lavet et skema med genvejstaster til Microsoft Outlook.

Så vi skriver: Kan du lave et skema med oversigt over genvjestaster i Microsoft outlook.

På få sekunder laver ChatGPT et skema.



You
Kan du lave et skema med oversigt over genvejstaster i Microsoft outlook

ChatGPT
Selvfølgelig! Her er et skema med nogle af de mest anvendte genvejstaster i Microsoft Outlook

Handling	Genvejstast
Opret en ny e-mail	Ctrl + N
Send e-mail	Ctrl + Enter
Åbn en modtaget e-mail	Enter
Svar på en e-mail	Ctrl + R
Svar til alle	Ctrl + Shift + R

Dette er blot et eksempel på hvor enkelt og let det kan gøres.

Du kan se flere tips til ChatGPT i tidligere udgaver af Under luppen.

Under Euppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Synsmessen 2024 - Bliv udstiller

Torsdag den 12. september afholdes der igen Synsmesse for synsprofessionelle og private. Synsmessen foregår i OCC Odense Congress Center, Ørbækvej 350, 5220 Odense SØ.

Bliv udstiller på Synsmessen

Er du forhandler, en forening, en organisation eller noget fjerde som arbejder på synsområdet. Kunne du tænke dig at møde en masse fagfolk fra kommuner, synscentre m.m. samt en masse private brugere og pårørende, så vil en stand på Synsmessen 2024 være det rigtige for dig/er.

Synsmessen arrangeres af Lys og Lup, LVI, Instrulog og Nedsatsyn.dk og er et non profit arrangement. Se mere på www.synsmessen.dk

Der er forskellige priser på standene, du kan få mere information ved skrive til synsmessen@synsmessen.dk eller ring til Søren på 23366798.



Under Cuppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Idéer fra Nedsatsyn.dk

Bliv set og undgå misforståelser

T-shirt med teksten "Jeg har nedsat syn"

Ideel til sport, fritid, skole m.m.

T-shirten er sort og fremstillet af Oekotex bomuld.

Super holdbar t-shirt der holder størrelse, form og farve vask efter vask.

Du får en t-shirt med 30 cm tryk på ryggen og 10 cm tryk på venstre bryst.

T-shirten findes både i dame og herremodel.



Pris er 180 kr. + forsendelse 50 kr. i Danmark Leveret eller afhentes:

- * Afhentning, aftales
- * Pakkeshop, 55 kr.
- * Omdeling, 69 kr.

Bestil [her](#)

Klistermærker med teksten "Jeg har nedsat syn"

Klistermærkerne har samme størrelse som bagdene nemlig en diameter på 56 mm.

Der er et utal af muligheder for at anvende dette klistermærke. Det kan være på madkassen, på computeren, på kufferten, på døren, på postkassen osv.

Der er 12 stk pr ark
Pris pr. ark 65 kr inkl. porto.
Sendes i Danmark



Bestil [her](#)

Under Cuppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Drikkedunk med teksten "Nedsatsyn.dk".

Drikkedunken er gul med sort låg, den "lyser" op både ude og inde.

Indhold 500 ml

Tåler opvaskemaskine

BPA fri

Mål: 175 mm x Ø75

Pris 80 kr pr. stk inkl. porto

Sendes i Danmark



Bestil [her](#)

Badge - Bliv set og undgå misforståelser, også i udlandet

Med tekst: Jeg har nedsat syn

Med tekst: I am visually impaired

Pris:

Med nål 35 kr inkl. porto

Med magnet 50 kr. inkl. porto

1 med nål og 1 med magnet 65 kr. inkl. porto

Sendes i Danmark

Bestil [her](#)



Under luppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Indlæg til nyhedsbrevet

Har du kommentarer eller et indlæg, som kunne være interessant at bringe her i "Under luppen" så send det til kontakt@nedsatsyn.dk. Nyhedsbrevet "Under luppen" sendes til alle medlemmer af foreningen, desuden sendes det også til alle relevante samarbejdspartnere såsom synscentre, øjenlæger m.fl.

Nyhedsbrevet "Under luppen" udsendes af bestyrelsen i foreningen Nedsatsyn.dk

Du finder Nedsatsyn.dk på:

- Hjemmesiden: www.nedsatsyn.dk
- Facebook: [nedsatsyn.dk](https://www.facebook.com/nedsatsyn.dk)
- Twitter: [nedsatsyn.dk](https://twitter.com/nedsatsyn.dk)
- Kontakt os på mail: kontakt@nedsatsyn.dk.



Under Cuppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

Bliv medlem

Har du, eller kender du en der har nedsat syn? De fleste møder mennesker, med en hverdag som er ændret markant pga. af at synet svigter.

Tusindvis af mennesker i Danmark lever på denne måde.

Vær med til at gøre en forskel.

Nedsatsyn.dk er en 100% frivillig forening, der sætter fokus på det at leve med et nedsat syn. Vi ønsker at dele viden og skabe et socialt fællesskab.

Vi du være med eller vil du støtte det gode formål?

Foreningens event og arrangementer er åbne for alle, uanset om man er medlem eller ej. Men der er fordele ved at være medlem af Nedsatsyn.dk. Som medlem deltager du gratis eller til en nedsat pris i arrangementerne, det samme gælder også i forhold til forplejning.

Det koster blot 200 kr at være medlem i et helt år, gældende fra betalingsdatoen.

Det koster penge at drive en frivillig forening, derfor har vi brug for at du melder dig ind og støtter foreningens arbejde.

[Bliv medlem her](#)

Firmamedlemskab

Dit firma eller din organisation kan også blive vist i alle Nedsatsyn.dks nyhedsbreve og på www.nedsatsyn.dk.

Det koster kun 500 kr, for et helt år, at tegne et firmamedlemskab.

Støt en god sag og få billig reklame.

Se mere på www.nedsatsyn.dk eller send en mail til kontakt@nedsatsyn.dk.



Under Euppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

NEDSATSYN.DK



EN FORENING FOR ALLE

Er du nysgerrig?

Savner du et socialt netværk?

Vil du sætte fokus på tilgængelighed?

Mangler du viden om synshjælpemidler?

Har du eller kender du en med nedsat syn?

Vil du være med til at udbrede kendskabet til
det at leve med nedsat syn?

NEDSATSYN.DK

VI SER DIG

Hvem er vi?

Nedsatsyn.dk er en forening baseret på frivillighed. Vi støtter mennesker med nedsat syn, afholder arrangementer og deler viden om bl.a. teknologi. Vi samarbejder med fagfolk, forhandlere og andre foreninger. Vi vil udbrede kendskabet til det at leve med nedsat syn.

En forening for alle • Bliv medlem

Personer med nedsat syn, pårørende, fagfolk, institutioner, og andre med interesse i nedsat syn kan være en del af foreningen.

Der er flere typer af medlemsskaber.

Læs meget mere på vores hjemmeside

[Bliv medlem](#)

[Nyheder](#)

[Events](#)

[Formål](#)

[Hvem er vi?](#)

www.nedsatsyn.dk

Facebook: [Nedsatsyn.dk](#)

Mail: nedsatsyn@gmail.com

Telefon: 71 784 704

MobilePay: 300 185

Cvr nr. : 37587869

Bank: 7171 1408345



Under luppen

- Nyhedsbrev fra Nedsatsyn.dk

9. årgang nr. 3-2024

DE STØTTER NEDSATSYN.DK



Fodmanden
Tlf. 42 437 537

Klinik for fodpleje

