**Ledsagerguide**

**Norges Blindeforbunds Ungdom**

Hensikten med denne guiden er:

* Å informere ledsagere på NBfUs arrangementer, både sentralt og regionalt, om arbeidsoppgavene deres.

Deltagere som har behov for mer ledsaging en det som er skissert i denne guiden vil som hovedregel ha med personlig ledsager på våre arrangementer. En personlig ledsager skal i utgangspunktet kun ledsage sin deltager, og det er i utgangspunktet heller ikke din jobb å ledsage deltagere med personlig ledsager, men her må det selvsagt også utvises skjønn.

Denne guiden er ikke en fasit, og det er viktig at du utviser "sunn fornuft" i enhver situasjon.

# Generelt

* Vær spesielt oppmerksom på deltagere som er på NBfU-arrangement for første gang
* Vi setter ikke samme forventninger til selvstendighet på et helt nytt sted, sammenlignet med for eksempel Hurdalsenteret, hvor mange av deltagerne er godt kjent
* Et viktig utgangspunkt er god kommunikasjon med deltagerne. Spør deltageren hva vedkommende trenger av assistanse, og gjør gjerne en avtale om at de selv sier fra når de har behov for hjelp
* Det vil tidlig i oppholdet bli tilbudt mobilitetstrening for å lære veien rundt på stedet hvor arrangementet avholdes. Sted og tidspunkt for denne gjennomgangen informeres om på første felles informasjonsmøte. Mobilitetstreningen har du delansvar for, hvor deltakerne læres veien til viktige møtesteder under oppholdet. Dette kan være veien fra rommet til spisesalen, til matsalen eller til oppholdsrom
* Vær positiv og overbevis deltageren om at du virkelig ønsker å bli spurt. Mange deltagere vil ikke alltid kunne finne deg og spørre om hjelp, så prøv å være oppmerksom på om noen rundt deg ser ut til å trenge hjelp
* Noen deltagere kan være engstelige for å spørre om hjelp. Vær spesielt oppmerksom på disse

# Før arrangementet

* Det vil alltid være ledsagere på hvert arrangement som har lang erfaring som ledsager i NBfU
* Før hvert arrangement har arrangører et ansvar for å lage en gruppechat med arrangører og ledsagere. Her vil ledsagerne bli orientert om hvilke deltakere som er nye og hvilke deltakere som trenger ledsaging i ulike situasjoner
* Gjerne pakk i sekk slik at du har armene frie til ledsaging til arrangementet

# Under arrangementet

## Reisen til arrangementet

* Ved NBfUs arrangementer kommer det deltagere fra ulike steder. I programmet står det hvor det er oppmøtested. Du blir enig med arrangører og de andre ledsagerne hvor ditt oppmøtested er og hvem du eventuelt skal møte å følge til oppmøtested
* Der det finnes ledsagertjeneste, skal deltagerne fortrinnsvis benytte seg av denne til og fra møtepunktene
* På møtestedet vil det være personer med mange forskjellige typer synshemming. Det er viktig at du er tydelig på å tilby ledsaging, da mange deltagere ikke kan se deg
* Du skal i utgangspunktet ikke bære deltagernes bagasje, med mindre det foreligger forhold utover synet, for eksempel en annen fysisk funksjonsnedsettelse

## Ankomst overnattingsted

* Ved ankomst til overnattingstedet bistår du med å finne bagasjen til de deltagerne som trenger dette
* Deltagere sjekker selv inn, men mange vil trenge ledsaging for å finne resepsjonsdisken

## Måltider

* Se deg rundt og se om noen ser ut til å trenge hjelp
* Se deg rundt å se om alle finner en plass å sitte
* Ved buffet vil mange trenge hjelp til å vite hva som er på buffeten. Her vil noen trenge hjelp til å ta maten på tallerkenen, mens andre kun trenger hjelp til å vite hva slags mat som er der. Uansett synsgrad, vil de fleste være med å hente mat. Spør deltakeren hvordan du kan hjelpe
* Du skal i utgangspunktet ikke skjære opp mat eller smøre på brødskiver for deltagere, men se an situasjonen og hjelp dersom det er behov
* Ved tallerkenservering vil noen trenge hjelp til å vite hva som er hvor på tallerkenen. Mange synshemmede er vant med å bruke «klokka» som betegnelse. For eksempel: klokka 12 ligger det grønnsaker, klokka 3 ligger poteter og klokka 6 ligger kjøttet

Et godt tips er at du møter opp litt før avtalt tidspunkt ved buffetmåltider, dersom dette er mulig. Da kan du selv rekke å spise litt før deltagerne kommer.

## Ledsaging til og fra rom

* På kveldstid er det lurt å gjøre avtaler med deltaker(e) om et møtested til frokost dagen etter. Dette kan være utenfor spisesalen eller et annet passende sted. Pass på at deltaker er trygg på veien til avtalt møtested
* Det er nødvendig å utdele telefonnummer med deltaker(e) som trenger ledsaging. Du trenger deres telefonnummer og de trenger ditt
* Du skal i utgangspunktet ikke hente deltagere på rommet, men hvis det er utfordrende for deltagerne å finne fram, kan det gjøres unntak
* Det er deltagers ansvar å møte presis til avtaler med deg. Hvis en deltager er forsinket, skal du i utgangspunktet ikke vente. Dette fordi det vil være deltagere med behov for ledsaging andre steder

## Program

* I de tilfellene der deltagere ikke møter opp til programmet, skal dette følges opp av arrangørene/styret, men du må gjerne informere dem om hvem som ikke har møtt opp. Du kan videre få i oppdrag å hente deltagerne. Husk at arrangører ofte er synshemmede og kan trenge hjelp til å følge med om alle er tilstede
* Deltagere med førerhund har selv ansvar for lufting av hunden. De vil kunne ha behov for bistand til å finne et egnet sted ved starten av oppholdet. Dersom arrangementet avholdes et sted hvor det er vanskelig å finne fram til egnet lufteplass, vil deltagerne også kunne ha behov for bistand utover i oppholdet
* Oppfordre deltakere til å rydde opp etter seg selv på rom og i fellesarealer. Vis/fortell deltagere hvor søppelbøtter o.l. står
* Deltagerne på NBfUs arrangementer har alle ulike behov med tanke på ledsaging. Noen er mer forsiktige og utrygge enn andre. Gi arrangør/styret beskjed dersom du ser at noen faller utenfor. Dette gjelder også sosialt

## Avreise overnattingsted

* Deltakerne vil bli spurt siste kvelden om noen trenger hjelp til å se over rommet for å se om de har glemt noe. Ledsagerne delegerer deretter hvem som har ansvar for å se over hvilket rom

# Tips til ledsaging

Hvis du som ledsager har forslag til andre ledsagingsteknikker du mener kan være til god hjelp for deltageren, kan du foreslå dette. Det er ikke alle synshemmede som vet hvilke ledsagerteknikker som passer best for dem i enhver situasjon.

**Tips og triks**

En kort (03:46) video fra Blindeforbundet om hvordan man ledsager <https://www.youtube.com/watch?v=VwSnrkOMx2Y>

Gode startteknikker fra KABB

<https://www.kabb.no/KABB-Nytt/ledsagerteknikk/>

Enkle ledsagerteknikker fra sansetap.no

<https://www.sansetap.no/voksne-syn/deltakelse/mobilitet/enkle-ledsagerteknikker/>

**Det skal være gøy og givende å være ledsager på NBfU sine arrangementer. Velkommen som ledsager!**