



Näe enemmän

Tukea arkeen digitaidoilla ja apuvälineillä

Sopiva tuki, apuvälineet ja digitaidot auttavat arjessa, vaikka näkö heikkenee. Niiden avulla voit jatkaa lukemista, nauttia kulttuurista ja elää omannäköistä elämää.



Näkövammaisten liitto

Näön heiketessä lukemista helpottavat:

Sopivat silmälasit.

Yli 60-vuotiaiden on suositeltavaa käydä silmälääkärissä 2–3 vuoden välein.



Oikeanlainen valaistus.

Ikääntynyt tarvitsee moninkertaisesti valoa nuorempiin verrattuna.

Suurennuslasit ja -laitteet.

Suurennuslaseja myyvät monet optikkoliikkeet.

Äänikirjat ja -lehdet ovat vaihtoehtoja lukemiseen

Äänikirjoja voi kuunnella kännykällä, tabletilla, tietokoneella tai helppokäyttöisellä kuuntelulaitteella. Äänikirjoja tuottaa mm. saavutettavuuskirjasto Celia.

Näkövammaiseksi luokiteltavat henkilöt voivat saada käyttöönsä Luetus-palvelun, jolla voi kuunnella kirjoja, sanoma- ja aikakauslehtiä ja alueellisia julkaisuja.



Digilaitteet apuna arjessa ja kulttuurielämyksissä

Digilaitteiden tekstejä voi suurentaa ja kontrastia ja värejä säätää. Suuri ja selkeä näyttö helpottaa käyttöä. Laitteita voi käyttää myös kokonaan ilman näköä ruudunlukuohjelman avulla.



Television katselua
auttavat äänitekstitys,
ääniopastus ja
kuvailutulkkaukset.
Elokuvista ja teatterista
voi nauttia kännykän
kuvailutulkkauk-
sovelluksen avulla.



Digitukea saa esimerkiksi
paikallisilta näkövammaisyhdistyksiltä ja
Näkövammaisten liitosta.

**Jos sinulla todetaan näkövamma, saat tukea,
ohjausta ja apuvälineitä, jotka helpottavat
arkeasi. Kysy lisää hyvinvointialueesi
näönkuntoutuksesta.**

Lue lisää verkkosivuiltamme
Näe enemmän -tietopaketista:
[www.nakovammaistenliitto.fi/
nae-enemman](http://www.nakovammaistenliitto.fi/nae-enemman) tai ota yhteyttä
Näkökulma-neuvontaamme:
p. 09 3960 5050 (ma-pe klo 10–14)
tai nakokulma@nakovammaistenliitto.fi

