

Hverdagshjelperne

For å kompensere for manglende syn, har Unni Fauskrud funnet kreative løsninger i hverdagen. Enkle hjelpemidler og smarte triks gjør at hun kan leve et aktivt liv.

Tekst/foto: Kari Klepp

– Når man mister synet, så må man ta i bruk andre sanser, sier Unni Fauskrud fra kjøkkenkroken i leiligheten på Hovseter i Oslo.

– Det er mye man kan finne ut av ved å føle, høre, lukte og smake, sier 56-åringen, og tar en «titt» i tørrvareskuffen.

Sirupen er merket med punktskrift. Melet og melispakken skiller hun lett fra hverandre ved å kjenne på emballasjeformen. Pastaskruene gir en kjent raslelyd når hun rister på pakken.

Men når hånda når borti en uåpnet klumpete pose, blir hun stående fast.

Fingrene borer seg fast i papiret.

– Men hva er dette da?

Hun strør litt i hånda og smaker.

– Ahhh – det er jo strøsukker!

Leseglede

Med julebaksten rett rundt hjørnet er

Unni leser både bøker i punktskrift og i lyd.
– Med punkt blir leseropplevelsen mer aktiv, med lydbøker kan man gjøre andre ting samtidig.

Til venstre: Hunden Arcos er et viktig hjelpemiddel.

– Hvis jeg mister noe på gulvet, plukker han det opp. Han gjør det også lettere å komme seg ut. Dessuten er han jo en god venn, sier Unni.

det ikke lenge til kjøkkenredskapene skal ut av skuffene.

– Jeg lager alltid pepperkaker og peppernøtter. Og hver lillejulaften er det julekake og gløgg. Da bruker jeg talende vekt til å måle opp ingrediensene. Og korttidsuret må selvfølgelig være med, sier hun og løfter opp en rød plastklokke.

– Dette var det første hjelpemiddelet jeg skaffet meg. Det kjøpte jeg da jeg gikk på husmorskolen på Huseby på 70-tallet. Det har en følbart strek for hvert femte minutt.

For å skille kardemomme fra karri, merker hobbybakeren krydderglassene med punktskrift.

– Jeg har kunnet lese punkt siden jeg



var liten, men det er først i de senere årene jeg har brukt det til hverdagslige ting. Til merking er det uovertruffent.

Fauskrud ble født med grønn stær og mistet synet helt da hun var tolv år gammel.

– Synsinntrykkene fra barndommen er med meg videre. Farger husker jeg. Og det at jeg kunne lese bøker før jeg mistet synet betydde mye.

Trofast venn

Leselysten har hun tatt med seg videre. Nå sluker hun romaner i både punkt og lyd.

– Nå kan man jo også laste inn lydbøker på mobiltelefonen, og plugge rett inn i ørene! Jeg bruker mobiltelefonen til mye. Det med talende mobiltelefon er jo en

revolusjon! Nå kan jeg sende tekstmeldinger og bruke kalenderen til avtaler.

For hun lever et aktivt liv også utenfor huset. Hun jobber deltid som sosiom, er engasjert i organisasjonsarbeid, trives i teater og på konsert. Hun bruker mye tid i marka, og er aktiv i førerhundklubben.

– Jeg skaffet meg førerhund etter at datteren min ble stor. Arcos er min tredje hund. Det å ha hund gjør at det er enklere å komme seg til butikken, og i andre ærend. Dessuten kommer jeg meg mer ut på tur. I Hovseterdalen treffer jeg mange andre hundeeiere. Da blir en kjent med folk, og det betyr mye for livskvaliteten.

Ved å legge en fargeindikator inntil et plagg, finner Unni ut nøyaktig hvilken nyanse stoffet har. «Hvit med en anelse gult» sier en stemme når hun tester en lys bluse.

For å skille shampo fra balsam og såpe, pleier Unni å skjære et lite hakk i den flasken hun bruker minst. Er hun i tvil, må hun lukte etter.
– Det har hendt at jeg har tatt solkrem i håret!

