SCR Kommunikation
Roskilde

Elisagårdsvej 7, stuen
4000 Roskilde

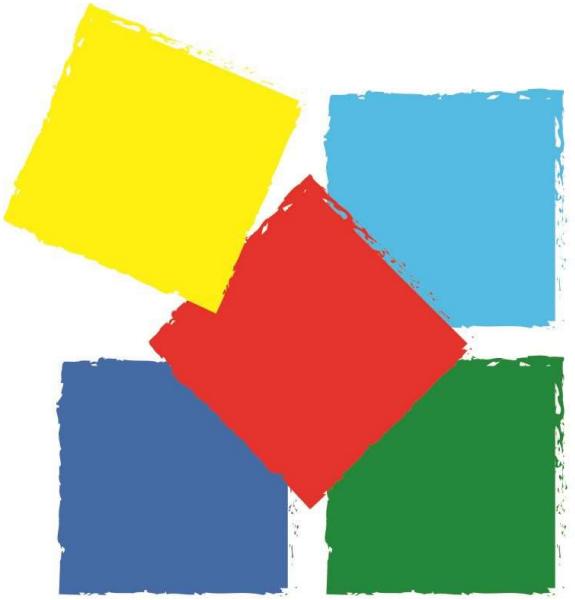
Telefon: 4631 7231 kl. 8.00-12.00
E-mail: scr.kommunikation@roskilde.dk
www.scrkommunikation.roskilde.dk



Revideret august 2026

Synsrådgivningen

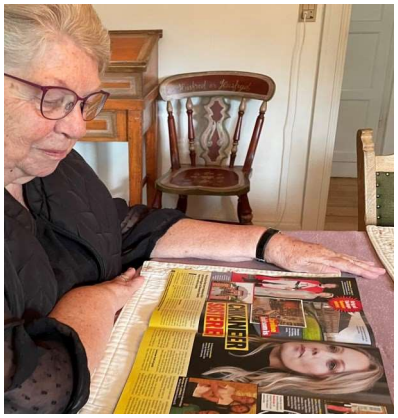
Nærbelysning



SCR Kommunikation
Roskilde

Godt lys til nær

- Sæt dig godt til rette og tag dine læsebriller på.
- Indstil lampen, så lyset rammer direkte på materialet
- Lampen skal tæt på materialet
- Undgå genskær



Dårligt belyst



Godt belyst

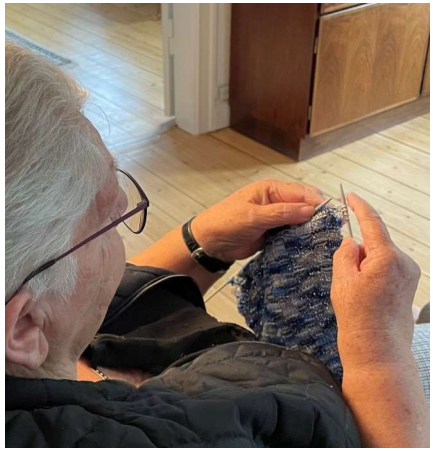
Lampe med godt nærlys

- Regulerbar arm så lyskeglen rammer materialet
- Lukket skærm omkring lyskilden for at undgå genskær
- Undgå lampeskærme af glas, da de kan blænde

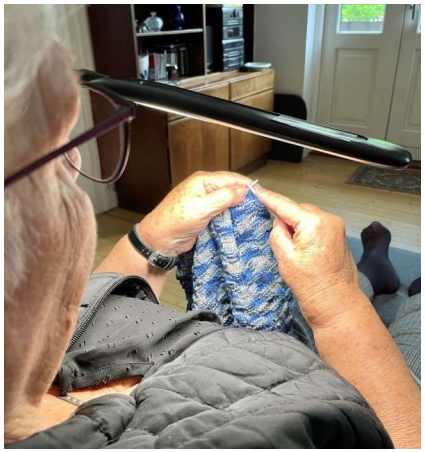
Lys ved hobbyarbejde

Ved hobbyarbejde som fx strikning skal lyset rettes direkte mod materialet for at opnå optimale betingelser. Husk briller til nær.

Eksempler på belysning:



Dårlig belyst



Godt belyst

Fordele ved korrekt lys

- Mindre udtrætning
- Detaljer og farver ses tydeligere
- Større glæde ved aktivitet på nær