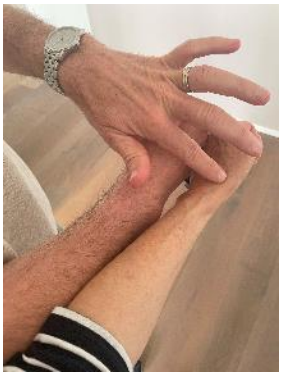
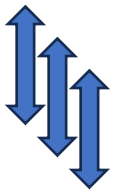
***Zeichensprache entwickelt für «Blind-Jogging» für taubblinde und hörsehbehinderte Menschen***

(die Hauptidee ist, die Signalen während dem Lauf als Kommunikationsmittel zu benützen. So lange berühren oder auf die Position bleiben, bis die Person es versteht)

**Wir joggen**

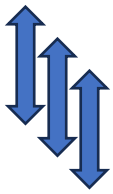
(2 Finger alternierend auf Hand – schnell «schlagen»)





**Wir laufen/marschieren**

(2 Finger alternierend auf Hand – langsam «schlagen»)

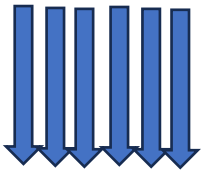


**Langsamer werden**

(Hand langsam berühren/streicheln)

**Schneller werden**

(Handfläche schnell «schlagen»)



**Bremsen**

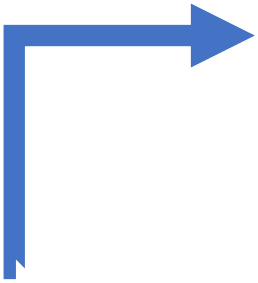
(Hand leicht heben, je nach Bedarf)

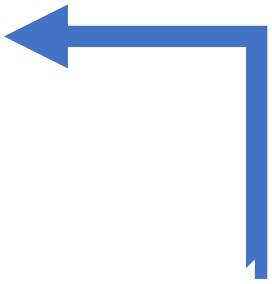
**Stop**

(Hand sofort nach oben heben)

**Nach Rechts/Links**

(Arm zuerst leicht nach vorne ziehen und dann R/L schieben)



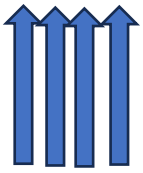


**<u>Treppe hoch</u>** (Vorderarm oben fassen und begleiten)

**<u>Treppe runter</u>** (Vorderarm unten fassen und begleiten)

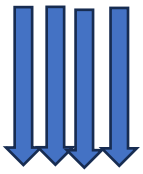
**Strasse steigt**

(Vorderarm von unten nach oben streicheln)



**Strasse geht runter**

(Vorderarm von oben nach unten streicheln)



**<u>Zeichen für Steine/unregel. Boden</u>**

Für das Zeichen «Steine auf dem Weg», 2 oder 3x mit allen 5 Fingern auf Unterarm drücken. So, wie wenn man einen Tennisball in der Hand hält und ihn 2-3x auf Arm drückt.

**<u>Zeichen für Tiere</u> (wie Billettkontrolle)**

Für «Tiere» könnte man das Originalzeichen für «Billettkontrolle» benützen. Im Wald gibt es keine Billettkontrollen, dann könnte die Bedeutung dieses Zeichens beim «Blind Jogging» in «Tiere» umgewandelt werden.

**Die Haut zwischen Daumen und Zeigefinger der empfangenden Person mit Daumen und Zeigefinger kneifen (=Billett knipsen)**

**<u>Befinden während dem Lauf?</u>**

(auf Schulter klopfen und «grosse» Bewegungen vor dem Guide-Gesicht/Brust zeigen, wie:

- Daumen nach oben: geht alles gut?
- Auf Guide-Brust schlagen: geht es gut mit deiner Atmung oder deinem Herz?

Erstellt für Blind-Jogging von

Mirjam Münger und Patrick Robatel
05.06.2024