

# Text som fler kan läsa

## - tips om typografi och layout

**V**i möts dagligen av en mängd tidningar, tidskrifter, broschyrer, affischer och andra trycksaker. De flesta kan lätt läsa informationen i dem.

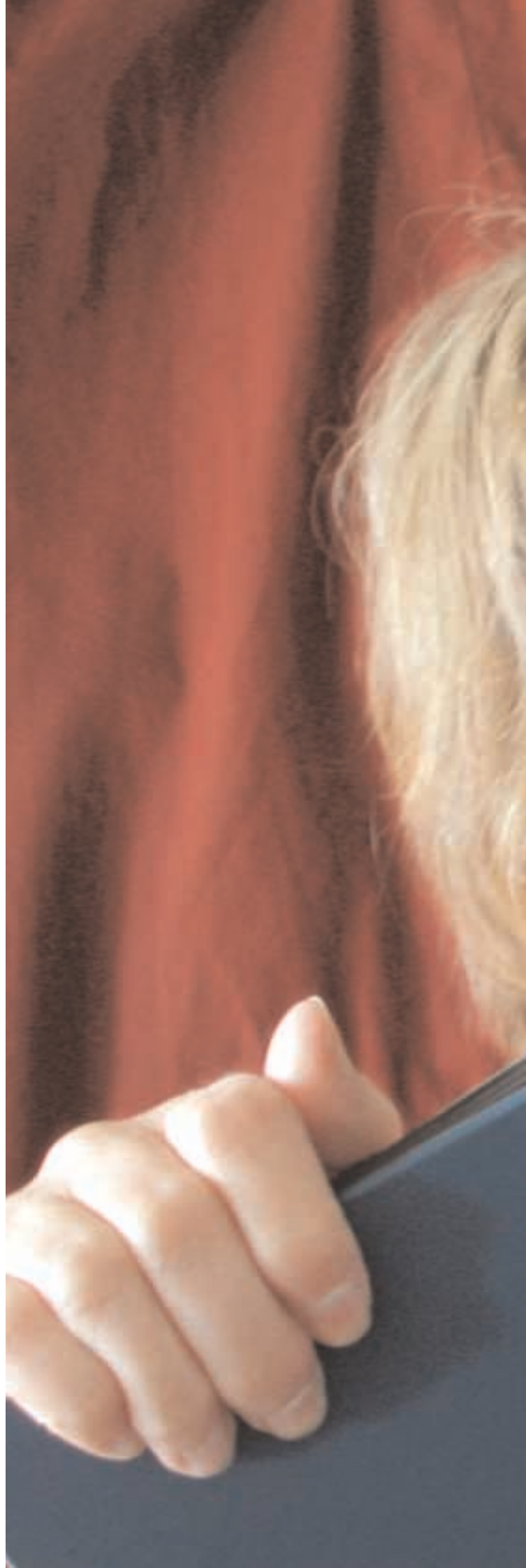
Men det finns en stor grupp människor, cirka 200 000 i Sverige, som har nedsatt synförmåga på grund av olika ögonsjukdomar eller åldersförändringar. Många bland dem kan läsa vanlig tryckt text, om den är utformad på ett tydligt och läsvänligt sätt.

I den här broschyren har vi sammanställt några goda råd om hur man gör trycksaker läsbara för de allra flesta människor.



122 88 Enskede

Tel 08-39 90 00 Fax 08-39 93 22  
info@srfriks.org www.srfriks.org





# Text som fler kan läsa

- tips om typografi och layout

# Många kan läsa - ibland

**V**i möts dagligen av en mängd tidningar, tidskrifter, broschyrer, affischer och andra trycksaker. De flesta kan lätt läsa informationen i dem.

Men det finns en stor grupp människor, cirka **200 000** i Sverige, som har nedsatt synförmåga på grund av olika ögonsjukdomar eller åldersförändringar. Många bland dem kan läsa vanlig tryckt text, om den är utformad på ett tydligt och läsvänligt sätt.

Synskador påverkar läsförmågan på olika sätt. Gravyt synskadade och blinda läser punktskrift eller lyssnar på inläst text. En del personer använder starka specialglasögon som ger ett mycket kort läsavstånd. Andra har förstörande läshjälpmedel, till exempel **CCTV** (Closed Circuit Television), en kamera kombinerad med en bildskärm. Många läser helst utan några hjälpmedel eller med ett vanligt förstöringsglas.



CCTV består av en kamera som läser av text och bilder som visas i önskvärd förstoring på en bildskärm.



På grund av alla dessa variationer i läsförmåga och lästeknik är det svårt att ge absoluta regler för hur text ska vara utformad så att den passar alla. I den här broschyren har vi sammanställt några goda råd om hur man gör trycksaker läsbara för de allra flesta människor.

Med starka specialglasögon kan en del synskadade läsa på mycket nära håll.

# Tydlig typografi

Typografi är en konst med lång tradition. Den bygger på några enkla grundregler; läsbarhet, rytm och disposition.

God typografi är egentligen "osynlig". Läsaren tar till sig budskapet utan att tänka på eller störas av hur texten eller layouten ser ut. Många olika faktorer bidrar till helhetsintrycket.

## Teckensnitt

Det finns två grundtyper bland teckensnitten, **antikva** och **linjär** (kallas även grotesk eller sans-serif). Antikvorna har **seriffer**, "fötter", det vill säga strecken blir bredare i ändarna medan linjäerna är helt raka. Det finns även stilar som efterliknar handskrift, **skript**, och diverse dekorativa eller modebetonade fantasistilar, **extremer**.

Vilket teckensnitt ska man välja bland de oändliga varianter som finns på marknaden? **Ur läsbarhetssynpunkt är det enkla bäst.** Synskadade föredrar oftast linjära stilar även till brödtext, men en klassisk, inte alltför tunn antikva går också bra. Huvudsaken är att det är ett tydligt typsnitt utan onödiga krusiduller. Därför fungerar oftast inte skript eller extremer så bra.

Kondenserade (ihoptryckta) teckensnitt är också mer svårlästa än normalbredda.

## Storlek och format

Stilstorlek, **grad**, anges i **punkter**, förkortat p eller pt. Synskadade föredrar oftast lite större stil, mellan **12 och 14 punkter** i brödtexten.

Man bör inte använda enbart **versaler** i hela meningar eftersom det ger en

"staketverkan" och det blir svårt att foga ihop bokstäverna till ordbilder.

**Kursiv** stil kan även vara svårläst, då den i allmänhet blir tunnare än vanlig rak text. I rubriker eller när man vill poängtera något i texten är **fet** stil bäst.

## Radavstånd och radlängd

**Normalt radavstånd** brukar generellt vara cirka 2 punkter större än teckengraden upp till 18 p, till exempel 12 p textstorlek till 14 p radavstånd. Detta fungerar bra även för synskadade, men får inte vara mindre.

En av svårigheterna med att läsa som synskadad är att hitta rätt vid radbyte. Mycket korta rader ger många ansträngande radbyten och alltför långa rader gör det svårt att hitta tillbaka till den nya radens början, om man har ett litet synfält. Radlängder mellan cirka **6 och 13 cm** är behagliga att läsa.

**Rak vänsterkant** är att föredra eftersom det då är lättare att hitta tillbaka till radens början.

## Mellanrum

Mellanrummen mellan bokstäverna regleras med **knipning** och **kerning**. Här gäller samma regler för synskadade som för normalseende. Alltför knipt text blir svårläst och i gles text är det svårt att uppfatta var orden börjar och slutar. Det får inte se ut som om bokstäverna trängs med varandra men de ska forma tydliga och separata ord.

Mellanrummen mellan orden ska inte göras onödigt stora men får inte heller vara för små. Även här gäller det att ordbilderna blir distinkta.

# Logisk layout

En snygg layout gör trycksaken attraktiv för läsaren. Fantasi och originalitet behöver inte stå i motsatsställning till god läsbarhet. Det finns några enkla regler man bör tänka på:

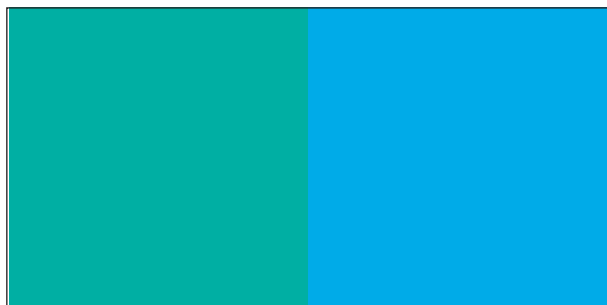
- Det bör finnas en **logisk startpunkt** för läsaren, som markeras med en huvudrubrik eller/och en anfang. Därefter bör det vara lätt att följa textens förlopp genom hela trycksaken.
- Att dela upp texten i mindre stycken med **mellanrubriker** satta i minst **14-18 punkter** gör det lättare att få överblick.
- Gör en **tydlig innehållsförteckning** och **paginera med minst 14 p.**

## Färg och kontrast

Det är svårt att rekommendera eller varna för vissa färger eftersom seendet i detta fall är mycket individuellt.

Däremot är det en absolut nödvändighet att det finns **god kontrast** mellan färgerna så att man alltid har en mörk färg på ljus bakgrund eller tvärtom.

Om två olika kulörer har liknande nyans kan det vara mycket svårt att se skillnad på dem, speciellt för färgblinda.



Om två olika kulörer har liknande nyans är det svårt att se skillnad på dem, speciellt för färgblinda.

Svart, mörkt blått eller grönt mot vit bakgrund samt gult på svart bakgrund är det som ger bäst kontrast.

Svart på vitt

Mörkt blått på vitt

Mörkt grönt på vitt

Gult på svart

## Tonplattor

Rastrerade grå och färgade tonplattor eller bakgrundsbilder som läggs under texten kan försvåra läsningen väsentligt för synskadade.

En tonplatta under brödtext får inte ha mer än **högst 10 procent** färgtäthet och bör helst undvikas helt. Om texten är större och fetare kan man ha lite högre värde, upp till 20 procent, men man måste se till att kontrasten fortfarande är god.

Använd hellre en ram runt texten i faktarutor och dylikt.

Denna rasttrade tonplatta är bara 10% svart, men om den läggs bakom brödtext kan den försvåra läsningen för synskadade.

Om tonplattan är färgad (60%) blir det ännu svårare att läsa texten.

**Fet, stor text syns bättre mot 20% blå.**

## Bilder och text

- Även bilder bör ha **god skärpa och kontrast** och helst inte vara alltför röriga och detaljerade.
- Man ska **absolut inte lägga brödtext på en bild**. Överhuvudtaget är text på bilder något man bör undvika, men det kan accepteras om det är en större rubrik eller titel som läggs på ett mycket lugnt, enfärgat parti i bilden eller på en infälld ljus tonplatta.
- Vid infällning och figursättning av bilder måste man se till att det finns en god marginal runt omkring bilden.
- Förklarande bildtexter i anslutning till bilden är bra och bör sättas med normalstor rak text, ej kursiv ”myrstil” som man ofta ser.



**reportagetidningen**  
**Panorama**

Är det starka färger eller samma toner som gäller i modet i år? Har ser Harry Potter ut? Vad finns det för ryttsskott i affärernas fruktständer? Med vilka ord beskriver drottning Silvia sitt utseende?  
I Panorama får du som är synskadad svaren på hur saker, platser och personer ser ut.

**Synintrycken beskrivs**  
Alla viktiga intryck som gör födoan till synen, måste synskadade skaffa sig på andra sätt. Därför finns Panorama. Mat, mode, aktuella personer och fenomen i tiden - Panorama beskriver och förmedlar synintryck i radioform.

**60 minuter**  
Tidningen innehåller ett tiotal reportage och totalt 60 minuter. Den skickas gratis hem till dig en gång i månaden. Allt du behöver är en handspelar. Panorama läses som radiu men ges ut på kassett.

**Några fasta rubriker**  
Några fasta rubriker i Panorama är:  
• Nytt om mat - ochigheter i matbunkarna  
• Boktipset - om läsvärda talböcker  
• Önskereportaget - som bygger på läsarnas lyssnarnas önskemål  
• Fråga ögonskötaren - svarar på specialfrågor på olika ögonsjukdomar. Kanske är det just din fråga som besvaras nästa gång!

**Gratis!**  
Reportagetidningen Panorama är en kostnadsfri service till dig som ser dåligt eller inte alls. Synskadades Riksförbund är utgivare, men även du som inte är medlem är välkommen som prenumerant. Allt du behöver göra är att anmäla ditt intresse.

**Beställ nu!**  
Ring gärna och beställ en gratis prenumeration - telefonnummer 08 - 39 90 00. Eller fyll helt enkelt i talongen på hulsidan! Vi hoppas att du snart ska tillhöra skaran av tusentals nöjda prenumeranter som finns över hela Sverige.

**Några lyssnar-röster om Panorama**

"Det här är tv för oss som inte ser!"

"Tack för alla intressanta reportage. Det är en lyssningsstund varje gång Panorama kommer i brevlådan."

"Jag är visserligen 87 år, men jag tycker fortfarande det är roligt att veta hur modet ser ut!"

"Jag blir så glad av att lyssna på Panorama..."

**Vill du också prenumerera? Vänd på bladet och fyll i talongen!**

Några exempel på god typografi och layout för synskadade, med tydliga bilder och texter, bra kontraster och logisk följd i uppställningen.

## Några exempel på layout som är svår att läsa för synskadade:



Det är svårt att läsa detta mycket tunna typsnitt, speciellt när det ligger mot en bakgrund som är "skrynklig".



När man använder enbart versaler i en lång mening uppstår en "staketeffekt" som gör det mycket svårt för synskadade att uppfatta de enskilda orden.

## Papper

För trycksaker med endast text är ett **obestruket matt papper** bäst. Men även bilder kan tryckas på obestruket papper, återgivningen av färger är dock något sämre än på bestruket papper.

Vill man ha bättre bildåtergivning kan man välja ett **matt bestruket papper**. Men även det kan ge upphov till reflexer speciellt när man måste läsa vid starkt lampljus.

Glättade papper bör inte användas alls.

I enkäter har det visat sig att drygt hälften av de tillfrågade synskadade föredrar ett helvitt papper medan resten föredrar ett svagt tonat papper. Alla är överens om att starkt färgade papper gör texten mer svårläst.

Papperets **opacitet**, det vill säga dess ogenomskinlighet, har också betydelse. Man bör välja ett papper där texten på andra sidan inte lyser igenom.

Ett papper med alltför grov gräng (skrovlighet) kan ge oönskade effekter vid läsning med läs-TV, där det framstår som ett "vulkanlandskap".

## Sammanfattning

- Välj enkla och tydliga teckensnitt.
- Gör brödtexten minst 12-14 p.
- Använd inte versaler eller kursiv stil, fet stil är bättre för att markera text.
- Använd normalt radavstånd och radlängd mellan cirka 6-13 cm.
- Ge läsaren en logisk startpunkt och dela upp texten i kortare stycken med mellanrubriker.
- Ha alltid god kontrast mellan text och bakgrund.
- Rasttrade tonplattor får ha högst 10 procent raster.
- Lägg inte text på röriga bilder.
- Gör bildtexterna normalstora.
- Använd matt papper med fin gräng och hög opacitet.

## Läs mer:

SRF infoblad i serien "Offentlig miljö":  
**Skyltar och informationssystem.**

I serien "SRF informerar":

**Informera för synskadade.**

**SRF:s grafiska profil.**

Kan beställas från SRF Kontorsservice,  
tel 08-39 90 00, kontorsservice@srfriks.org



Om papperet är för blankt ger det upphov till störande reflexer när man läser vid en stark läslampa.