

Blind sein, was heisst das?

Wir schaffen Lebensqualität.



Was ist Blindheit?

Ein Mensch gilt als blind, wenn er auf dem besseren Auge auch mit Brille höchstens zwei Prozent sieht – verglichen mit einem Menschen mit normaler Sehkraft. Ebenfalls fällt unter die Definition von «blind», wenn das Gesichtsfeld eines Menschen bei fünf Grad oder weniger liegt, er also ohne Kopfbewegung nur einen sehr kleinen Ausschnitt der Umgebung sehen kann. Das bedeutet: Nicht alle Menschen, die nach dieser Definition «blind» sind, sehen wirklich gar nichts. Manche können zum Beispiel Schemen oder Farben erkennen.

Von Sehbehinderung spricht man bei einem Sehvermögen von höchstens 30 Prozent: Das kann heißen, dass der Mensch erst aus 30 Metern Entfernung das sieht, was ein normal Sehender schon aus 100 Metern erkennt.

Blind geboren oder blind geworden?

Ob jemand blind geboren wurde oder erst später erblindet ist, spielt für das Leben und den Alltag eine wichtige Rolle. Blind geborene Menschen leben vollkommen ohne Bilder und ohne Farben, denn sie haben nie welche gesehen. Da sie aber in einer Welt leben, in der das Aussehen der Dinge von grosser Bedeutung ist, haben sie gelernt, deren Beschreibungen zu erfassen und in ihr Wissen zu integrieren.

Wer einmal sehen konnte, kann sich an Bilder und Farben erinnern – das hilft in Gesprächen mit sehenden Menschen ebenso wie bei der Orientierung und der Auswahl von Kleidern. Die Erinnerung verblasst meist erst nach Jahrzehnten.

Wie viele blinde Menschen gibt es in der Schweiz?

In der Schweiz gibt es rund 325'000 sehbehinderte Menschen, davon sind zirka 10'000 ganz blind. Die anderen haben noch ein Sehvermögen, auf das sie mehr oder weniger stark zurückgreifen können. Als sehbehindert gilt, wer sich ohne Hilfsmittel kaum oder gar nicht zurechtfindet.

Neuere Erhebungen zeigen, dass Sehbehinderungen im Alter viel häufiger vorkommen als angenommen. Vor allem Personen, die erst im Rentenalter eine Sehschädigung erfahren, wurden lange nicht erfasst, ebenso wenig wie Migrantinnen und Migranten.

Schätzungsweise 5'000 Kinder und Jugendliche sind sehbehindert – dies entspricht einem halben Prozent. Diese Kinder brauchen eine gezielte Unterstützung, wie sie obvita anbietet.

Der SZB (Schweizerischer Zentralverein für das Blindenwesen) geht davon aus, dass die Anzahl blinder und sehbehinderter Menschen in den nächsten Jahren nochmals kräftig ansteigen wird. Grund dafür seien die bevölkerungsstarken Jahrgänge der Nachkriegsjahre.

So prognostiziert der SZB für das Jahr 2022 um die 400'000 blinde und sehbehinderte Personen in der Schweiz. Nach 2032 könnten diese Zahlen wieder zurückgehen, einerseits aus demographischen Gründen, andererseits wegen therapeutischer Fortschritte.

Die Helfer im Alltag

Wichtig ist, dass blinde und sehbehinderte Menschen ihren Alltag möglichst selbstständig leben können. Mit dem **Smartphone** und **Tablet** hat sich für sie vieles verändert und vereinfacht. Denn das Smartphone findet Wege, ist eine Lupe, liest vor und erkennt Farben.

Auch **Computer** spielen im Leben vieler blinder Menschen eine wichtige Rolle. Vor allem am Arbeitsplatz: der Scanner kann alle wichtigen Texte einscannen und vorlesen. Eine sogenannte Braillezeile vor der Tastatur «übersetzt» Text in Punktschrift.



Blinde Menschen werden auf der Strasse durch den **weissen Stock** erkannt. Mit ihm nehmen sie Hindernisse frühzeitig wahr und finden ihren Weg sicherer. Für Autofahrer gilt er als Zeichen, dass sie anhalten müssen. Wichtige Hilfen sind auch die **Rillen-Markierungen** an Strassenkreuzungen, in Bahnhöfen und öffentlichen Gebäuden sowie **Ampeln mit akustischen Signalen**.

Der speziell ausgebildete **Blindenführhund** ist ebenfalls ein wichtiger und treuer Begleiter. Er sieht für seinen Menschen, führt ihn über die Strasse, stoppt an der Kreuzung und zeigt den besten Weg eine Treppe hinunter. Er erleichtert dem blinden Menschen den Alltag erheblich. Als Aussenstehender sollte man unbedingt beachten, dass man mit einem Blindenführhund keinen Kontakt aufnehmen darf. Sobald der Hund an seinem Geschirr ist, arbeitet er und darf nicht gestört, angefasst oder gefüttert werden.



Kann ein blinder Mensch einen eigenen Haushalt führen?

Heutzutage leben blinde Menschen nicht mehr im Blindenheim, sondern haben ihren eigenen Haushalt, mit und ohne Partner. Auch für die eigenen vier Wände gibt's praktische Helfer, wie eine sprechende Waage fürs Wägen von Lebensmitteln, taktile Markierungspunkte/-paste fürs Beschriften von Gewürzen, Kochfeldern etc., besprechbare Etiketten oder Farberkennungsgeräte fürs Auswählen von Kleidungsstücken. Dazu kommen viele persönliche Hilfsmittel und individuelle Techniken, mit denen der private Haushalt ganz selbstständig und gefahrenfrei geführt wird.



Wo geht ein blinder Mensch zur Schule?

Früher war klar, dass ein blindes oder sehbehindertes Kind in die Blindenschule geht – meistens mit einem weiten Schulweg verbunden oder im Internat. Heute gehen sehbehinderte und blinde Kinder möglichst an ihrem Wohnort zur Schule, mit den Kindern aus ihrem Quartier. Sie werden von heilpädagogischen Lehrpersonen so unterstützt, dass sie ihr Sehpotential optimal nutzen und die Sehqualität verbessern können. Mit Hilfsmitteln wie iPad, Laptop, Speziallupen und -leuchten, Lehrmitteln in Grossdruck oder Brailleschrift aber auch Reliefkarten zum Ertasten

und mit Hörbüchern lernen sie einfacher und individuell. Auch für die Lehrpersonen in der Regelklasse ist es eine Herausforderung, einen blinden Schüler oder eine blinde Schülerin mit den sehenden Kindern zu unterrichten. Damit die Integration und Gleichstellung gelingt, erhalten sie und die Eltern der Kinder ebenfalls Unterstützung der Fachpersonen.

Die speziell geschulten Lehrpersonen von obvita begleiten rund 150 Kinder und Jugendliche in den Kantonen SG/TG/AI/AR/GL und im Fürstentum Liechtenstein.



Ausbildung und Arbeiten

Die Ausbildungs- und Arbeitssuche ist für blinde Menschen bis heute nicht einfach. Viele Arbeitgeber können sich nicht vorstellen, dass ein blinder Mensch die Arbeit wie gewünscht bewältigen kann. obvita unterstützt Jugend-



liche in der Berufswahl und hilft mit offenen und klärenden Informationen, Hemmschwellen bei Arbeitgebern abzubauen.

Viele Sekundar- oder Realschülerinnen und -schüler machen eine Ausbildung zum Physiotherapeuten oder in kaufmännischen Berufen. Wer die Matura macht, kann studieren. Blinde Menschen entscheiden sich häufig für ein geisteswissenschaftliches Studium.

obvita bildet Lernende in 13 Berufen aus. Mit individueller schulischer Unterstützung und den nötigen Hilfsmitteln werden Lernende mit Sehbehinderung auf den ersten Arbeitsmarkt vorbereitet und wohnen je nach Bedarf auf dem Ausbildungsgelände. Ein blinder oder sehbehinderter Mensch erhält in den meisten Fällen eine IV-Rente.

Bewegung und Reisen

Blinde und sehbehinderte Menschen fahren Ski, nehmen am Marathon teil, schwimmen, spielen Ballsport: Bewegung an sich ist in der Regel kein Problem. Für Sicherheit und Orientierung gibt es Hilfen: Beim Joggen ist es



möglich, eine Begleitung mitzunehmen, zum Rad fahren gibt's Tandems und an vielen Orten gibt es Blinden-Gruppen zum Beispiel für Torball und Kegeln.

Auch beim Reisen gibt es keine Grenzen. Blinde und sehbehinderte Menschen bereisen fremde Länder genau wie Sehende. Jedes Land riecht anders, hört sich anders an und wird anders erlebt. Zudem gibt es spezielle Angebote für blinde und sehbehinderte Menschen, seien dies Gruppenreisen oder individuelle Führungen.

Bild zur Verfügung gestellt: Laila Grillo





Helfen – oder nicht helfen?

Eigentlich könnte es ganz einfach sein. Mit Offenheit und Flexibilität aufeinander zugehen, denn es gibt kein Richtig oder Falsch:

- Ein blinder Mensch weiß, wann er Hilfe braucht. Fragen Sie deshalb immer zuerst, ob Sie ihm helfen dürfen und respektieren Sie die Antwort. Das Wichtigste ist, dass Sie miteinander reden, so können Sie auf die Bedürfnisse eingehen.
- Wenn Sie einen blinden Menschen führen wollen, bieten Sie ihm Ihren Arm an, anstatt ihn in eine Richtung zu ziehen. Es ist immer der blinde Mensch, der das Tempo angibt.
- Der Sehende geht immer voraus! Sei es beim Treppengehen, Passieren von Türen oder Einsteigen in öffentliche Verkehrsmittel. So ist der blinde Mensch immer geschützt.

Quellen:

- <https://www.tagesanzeiger.ch/schweiz/standard/Viermal-mehr-Sehbehinderte-als-angenommen/story/14588839>
- http://www.blind.ch/dokumente/upload/1e337_beilage-sehbehinderung-dt-v03.pdf

- Dialogmuseum GmbH, Frankfurt am Main 2016



obvita | Bruggwaldstrasse 45 | Postfach 143 | 9008 St. Gallen

Telefon 071 246 61 11 | kommunikation@obvita.ch | www.obvita.ch | Spendenkonto PC 90-756-7

- In der Regel brauchen blinde Menschen in öffentlichen Verkehrsmitteln keine Hilfe beim Ein- und Aussteigen. Dagegen kann es hilfreich sein zu sagen, wo sich ein Sitzplatz befindet oder wo die Tür ist.
- Wenn Sie mit einem blinden Menschen zusammen unterwegs sind, können Sie ihm die Umgebung beschreiben, sofern er das möchte. Auch Vorankündigungen wie «Nach drei Schritten kommt eine Treppe aufwärts», oder «Der Weg führt nach 4 Schritten steil bergab.»
- Mitleid, Bevormundung oder Überbehütung sind unangebracht. Es hilft keinem Menschen mit Behinderung, wenn er bedauert wird.