der Weg – Mitgliedermagazin

September 2020, Nr. 3 – Schwerpunkt: Selbsthilfe

## Inhaltsverzeichnis

Editorial 3

Liebe Leserinnen und Leser 3

Forum 4

Optimierte Smartphone-Kommunikation 4

Zehn Jahre «Regards Neufs» 5

«Canne blanche» 2020 für App «SBB Inclusive» 6

Menschen 7

Getragen von Zuversicht 7

Schwerpunkt 11

Existentielle Triebfeder zur freien Selbstentfaltung 11

Selbsthilfe als Geschenk an die Gemeinschaft 17

Verbindende Erfahrungen unter Gleichaltrigen 19

Klinische Tests im Zeichen der Selbstlosigkeit 20

Teil einer Gemeinschaft sein 22

Verbandsleben 24

Standpunkt 24

Veranstaltungen 25

SBV-Intern 30

Fahrzeuglenkenden blindlings vertrauen können 30

Leserwettbewerb 31

Inserate 32

#### Titelbild

Eine jüngere Frau hält sich mit der linken Hand ihr Smartphone ans linke Ohr, mit der rechten Hand bedient sie den Touchscreen. Ihr rechter Arm fixiert dabei ihren Langstock unter der Achsel. Ihre Augen sind geschlossen, ihre rot geschminkten Lippen lassen ein Lächeln erkennen. Sie trägt eine Hochsteckfrisur und silberne Ohrreifen sowie eine hellblaue Jeansjacke über einem hellen Sommerkleid. Eine Glaswand am Strassenrand hinter ihr spiegelt die städtische Umgebung. Mit der Legende: Ist Marie-Pierre Assimacopoulos (42) in Genf – wie hier beim Einkaufszentrum und Stadion La Praille in Lancy – unterwegs, möchte sie ihr Smartphone wie auch ihren Langstock nicht missen. Foto: François Schaer.

## Impressum

Mitgliederzeitschrift des Schweizerischen Blinden- und Sehbehindertenverbands SBV im 107. Jahrgang. Sie erscheint viermal im Jahr in Grossdruck, in Braille, als Daisy-CD, im Elektronischen Kiosk und im Web sowie auf Bestellung per E-Mail (ohne Fotos) und auf VoiceNet (031 390 88 88, Rubrik 2 5 1) in Deutsch und Französisch («Clin d’œil»). In SBV-Mitgliedschaft inbegriffen. Für Nichtmitglieder: CHF 28.– (Inland), CHF 34.–.

Herausgeber: Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband SBV, Könizstrasse 23, Postfach, 3001 Bern, www.sbv-fsa.ch

Redaktion: SBV, 3001 Bern, 031 390 88 00, redaktion@sbv-fsa.ch, Roland Erne (rer), Hervé Richoz (hr)

Übersetzungen: Apostroph Bern AG, Jolanda Schönenberger

Foto Titelbild: Ist Marie-Pierre Assimacopoulos (42) in Genf – wie hier beim Einkaufszentrum und Stadion La Praille in Lancy – unterwegs, möchte sie ihr Smartphone wie auch ihren Langstock nicht missen. Foto: François Schaer.

ISSN-Nummern: 1422-0490 (Print), 2296-2018 (Braille), 2296-2026 (Audio)

Layout und Druck: Ediprim AG, Biel/Bienne

Braille: Anton Niffenegger

Audio: Markus Amrein, Bern

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: Freitag, 31. Oktober 2020

# Editorial

## Liebe Leserinnen und Leser

Wenn es ein Bedürfnis gibt, das ungefragt auftritt, in schweren Zeiten in den Vordergrund tritt, ebenso reift wie die Seele und letztlich dem Leben einen Sinn verleiht, dann ist es… die Selbsthilfe! Sie ist – nicht von ungefähr – denn auch das Schwerpunkt-Thema dieser Ausgabe, zumal sich um diesen mithin für Konfusion sorgenden Begriff nicht wenige Missverständnisse ranken. Vereine schreiben ihn sich auf die Fahne, die Gesellschaft schwingt ihn wie ein Schwert, Verbände versuchen, ihn in Konzepte umzusetzen. Vor allem aber gewinnt er in diesen Tagen seine menschliche Dimension zurück: mit Geschichten von Menschen wie der porträtierten Genferin Marie-Pierre Assimacopoulos, die im Alltag hautnah erleben, was Selbsthilfe bedeutet. Unbesehen davon galt es, den Bedeutungsinhalt der Bezeichnung «Selbsthilfe» zu klären – mit einer Umfrage unter den im Schweizer Sehbehindertenwesen tätigen Organisationen und Dachorganisationen. Lesen Sie die fundamentale Auslegeordnung dazu, flankiert von Gastbeiträgen der jungen Genferin Céline Witschard, der promovierten Bioethikerin Céline Moret und von Sarah Wyss, Geschäftsleiterin Selbsthilfe Schweiz. Zudem: Hilfe oder Selbsthilfe, Wohltätigkeit oder Beistand, fertige Lösung oder offenes Ohr, Dienstleistung oder Unterstützung – jede Epoche brachte die Schwächen und auf vielerlei Weise «behindernde» Barrieren dieser Welt zutage. Damit Betroffene in die Lage versetzt werden, wieder auf eigenen Füssen zu stehen, eigene Konzepte zu entwickeln, sich in die Gesellschaft und in die Arbeitswelt zu integrieren, sind sie auf Akzeptanz in ihrem «Anderssein» angewiesen. Genau dies war bei der Gründung des SBV 1911 ausschlaggebend.

Weitere Beiträge dieses Hefts sind dem 10-jährigen Bestehen von «Regards Neufs» und der innovativen Smartphone-Tastatur «help2type» gewidmet, die Sie in unserem Leserwettbewerb gewinnen können. Im Vorfeld des TWS 2020 wiederum unterstreicht der Präsident des Schweizerischen Fahrlehrerverbands mit Blick auf die für Betroffene elementare Sicherheit im Strassenverkehr die Bedeutung des derzeit revidierten Verkehrskunde-Unterrichts.

Ich wünsche Ihnen ein sanftes Eintauchen in die vielfältigen Facetten der Selbsthilfe und eine angenehme Lektüre.

Hervé Richoz

#### Bildbeschreibung

Schulterporträt von Hervé Richoz. Er trägt kurzes graues Haar und unter einem dunklen Jackett ein blau-weiss kariertes Hemd. Mit der Legende: Hervé Richoz. Foto: Isabelle Favre

# Forum

## Optimierte Smartphone-Kommunikation

Roland Erne, Redaktor «der Weg»

Mit «help2type» hat Marcel Roesch, seit seiner Kindheit nahezu blind, im Zeichen exemplarischer Selbsthilfe eine flexible Tastatur mit fühlbarem Feedback entwickelt, die das Schreiben auf dem Smartphone erleichtert – schnell und überall.

Smartphones sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken und haben sich für Menschen mit einer Sehbeeinträchtigung längst als unerlässlich erwiesen. Dennoch haben sich Defizite erhalten. Ein Beispiel: Das Tippen auf einer Touch-Tastatur ist fraglos mühselig geblieben. Und Sprachnachrichten sind kaum vom Nachteil der leicht einmal geritzten Privatsphäre zu entkoppeln. Genau da setzt die vom langjährigen SBV-Mitglied Marcel Roesch entwickelte Tastatur «help2type» an. Der 41-jährige Leiter des für interne Videoproduktionen verantwortlichen Swisscom-Filmteams weiss aufgrund seines Sehverlusts aus eigener Erfahrung, worauf es ankommt.

#### Für iOS und Android

Kernelemente seiner bis Ende 2019 zum Prototyp gereiften Lösung für diverse Sprachen sind eine per Bluetooth verbundene Tastatur mit für die Texteingabe haptischem Feedback, die sich mittels magnetischer Haftung und einem Uhrenband-System auf allen Smartphones (iOS und Android) anbringen lässt. Die nach einer Testphase mit sechs verschiedenen 3D-Druck-Layouts evaluierte Endversion enthält sämtliche Funktionen einer Laptop-Tastatur, darunter eine Funktions- und Command- (für Sonderzeichen etc.) sowie eine Enter- und Lösch-Taste, wobei fast alle Tasten dreifach belegt sind (siehe Tutorials auf www.help2type.ch).

Forschung und Design für «help2type» begleitet hat das Bieler Innovationsunternehmen Creaholic SA des Swatch-Miterfinders Elmar Mock. Die von weiteren Geschäftspartnern mitgetragene Entwicklung der innovativen Tastatur möglich gemacht hat auch die Unterstützung des Arbeitgebers: zum einen durch ein Swisscom-Startup-Förderungsprogramm, zum anderen durch firmeneigenes Sponsoring. Das Projekt sei quasi sein «Hobby», versichert Marcel Roesch, neben seiner Tätigkeit in der Unternehmenskommunikation der Swisscom inzwischen auch CEO der «help2type»-GmbH. Eine sogenannte Bildungsreise schliesslich hat ihn im Frühjahr 2019 nach Shenzhen in China geführt, wo er mit Jack Lee einen in der Smartphone-Konzeptionierung erfahrenen Hersteller fand. Die mobile Smartphone-Tastatur ist für 229 Franken erhältlich, für die ersten 50 Online-Bestellungen von SBV-Mitgliedern mit Erscheinen dieser Ausgabe zum um 15% reduzierten Sonderpreis von 195 Franken, die passende Schutzhülle aus Kork für 49 (statt 59) Franken.Wichtig: Bei der Bestellung im Kontaktformular unter «Unternehmen» die Angabe «SBV-Mitgliedermagazin» vermerken.

#### Service-Information

**Die bemerkenswert ausgeklügelte Tastatur «help2type» im Kurztest**

Irgendwo zwischen Faulheit und Pflicht fasziniert von einer neuen Herangehensweise zur Nutzung von Smartphones, wurde mir eine Demo für die Bedienung von «help2type» gewährt. Als ich dann zusehen konnte, wie die beiden Daumen des Nutzers lebendig wurden und sich äusserst flink auf dieser kleinen physischen Tastatur bewegten, die so leicht und einfach zu installieren ist, verstand ich das Interesse von (neu) Betroffenen sofort. Zumal ich – selbst sehbehindert – aus eigener Erfahrung weiss, dass es angenehmer ist, auf einem Touchscreen nicht mühselig auf Buchstaben zielen oder aber zuhören zu müssen. Insbesondere junge Generationen haben so endlich die Möglichkeit, völlig gleichberechtigt Facebook «live» oder «Chats» im Fernunterricht nutzen zu können. **hr**

#### Bildbeschreibung

Blick auf einen Smartphone-Bildschirm und die aufs Handy montierte «help2type»-Tastatur, die der Nutzer mit seinen beiden Daumen bedient. Ohne Bildlegende. Das Foto ist in den Kastentext integriert. Foto: Roland Erne

## Zehn Jahre «Regards Neufs»

Als der Kurzfilm-Spezialist Bruno Quiblier 2010 dem Lausanner Verein «Base-Court» beitrat und die Welt der Blinden und Sehbehinderten entdeckte, wusste er noch nicht, wie sehr Betroffene in der Deutsch- und Westschweiz auf ihn gewartet hatten, um dank «Regards Neufs» Filmvorführungen im Kino miterleben zu können.

Kinofilme spiegeln unsere Gesellschaft und Menschheit – und die Bedeutung eines Spiegels ist darin begründet, was er zeigt. Genau dies hat Bruno Quiblier dazu animiert, das Vorreiterprojekt «Regards Neufs» der Kurzfilm-Plattform «Base-Court» zu übernehmen und so seit nunmehr zehn Jahren blinden und sehbehinderten Kinofans zu ermöglichen, sich in Filme hineinzuversetzen und unvergessliche Momente in den Schweizer Kinos zu erleben. «Regards Neufs» steht für Zugänglichkeit im Kino und erbringt umfangreiche Dienstleistungen in den Bereichen Audiodeskription und Untertitelung.

35-mm-Film, Audiodeskription im Kino und nun auch als Download auf dem Smartphone: Bruno Quiblier, in der Filmszene bestens vernetzt, hat diese Entwicklung mitgeprägt, die Sehbehinderte den Film und den Vorführungsort frei wählen lässt. Entscheidend war dabei auch der Austausch mit Mentoren wie Claudine Damay oder Urs Lüscher sowie die Beiträge von Freiwilligen, die dazu beitrugen, was «Regards Neufs» heute ist. «Ob im Kinosaal oder unter freiem Himmel – nichts ist so toll, wie gemeinsam einen Film auf der grossen Kinoleinwand mitzuverfolgen, die Bilder dank Audiodeskription quasi ins Auge vordringen zu lassen», schwärmt Bruno Quiblier, um gerührt auch eine Dankeskarte zu zeigen, die ihm Kinder des Centre Pédagogique pour Handicapés de la Vue (CPHV) nach einer für sie organisierten Filmvorführung von «Regards Neufs» übergeben haben – in Bann gezogen von einer Art Magie. **hr**

#### Bildbeschreibung

Blick auf die im Text erwähnte Dankeskarte in Gelb mit der Aufschrift: «Merci pour le cinéma, c’était super!!!» Ohne Bildlegende. Das Foto ist in den Text integriert. Foto: zVg

## «Canne blanche» 2020 für App «SBB Inclusive»

Entschieden hat erstmals ein Publikumsvoting: Der zum achten Mal vom SZBLIND vergebene Preis «Canne blanche» geht an die Kundeninformations-App «SBB Inclusive», die 1’252 Stimmen auf sich vereinigen konnte. Eine Fachjury hatte zuvor aus 25 eingereichten Projekten deren drei für die finale Wahl der Publikumsjury ausgewählt. Mit der ab dem nächsten Fahrplanwechsel von Mitte Dezember 2020 eingeführten App können sich blinde und sehbehinderte Menschen etwa den Abfahrtsanzeiger auf ihrem Smartphone via VoiceOver vorlesen lassen oder sich informieren, auf welchem Perron sie sich gerade befinden, welcher Zug einfährt, in welches Zugabteil sie eingestiegen sind oder welcher nächste Bahnhof erreicht wird. Zwischen Mai und November 2019 wurde die App von rund 50 Betroffenen getestet. Besonders geschätzt wurde, dass sie einfach aufgebaut ist und für VoiceOver optimiert wurde, wie Rolf Roth, Mitarbeiter der SBV-Fachstelle T&I, bestätigt. SZBLIND- und Jury-Präsident Thomas Dietziker zeigt sich denn auch davon überzeugt, «dass diese digitale Kundeninformation eine grosse Hilfe ist und das selbstständige Reisen blinder und sehbehinderter Menschen nutzbringend unterstützt». Der Preis «Canne blanche» 2020 wird am 17. September in Zürich übergeben. **rer**

# Menschen

### Marie-Pierre Assimacopoulos

## Getragen von Zuversicht

Hervé Richoz, Redaktor «Clin d’œil»

Als beherzt positive moderne Frau beeindruckt Marie-Pierre Assimacopoulos im Berufs- und Privatleben mit ihrer Charakterstärke und ihrer einnehmenden Persönlichkeit – geprägt von jener frappierenden Empfindsamkeit, die empathisches Zuhören und kommunikative Balance einschliesst. Eine Porträt-Begegnung mit der blinden 42-jährigen Genferin im Zentrum ihres Lebensmittelpunkts.

Kaum ist Marie-Pierre Assimacopoulos im vergleichsweise ruhigen Genfer Quartier Onex mit unverkennbarer Eleganz aus dem Bus gestiegen, «scannt» sie mit ihrem weissen Stock das Trottoir nach Erkennungszeichen, die ihr den Weg zum Collège du Marais – einer ihrer beiden Arbeitsorte als Psychologin und Beraterin im beruflichen wie auch schulischen Bereich – weisen. Wenn alles gut läuft, kann sie erst einmal verschnaufen, zumal ihre Arbeitstage aufgrund ihrer Sehbehinderung je nach Jahreszeit und Verkehrssituation jeweils lange vor der Ankunft im Büro beginnen. An diesem Morgen fällt ihr das leichter als sonst, denn am ersten Tag der Sommerferien stehen keine Beratungstermine an. Am Abend zuvor aber ist es spät geworden: Gemeinsam mit ihren Kolleginnen und Kollegen hat sie beim Apéro das Schuljahr ausklingen lassen. Fraglos schätzt sie das Zusammensein, geknüpft an ansteckende Lebensfreude.

#### Gestärkte Resilienz

Als Töchter eines Arztes, Experte für Medizin-Informatik, und einer Grundlagenforscherin kamen Marie-Pierre Assimacopoulos und ihre Zwillingsschwester viel zu früh zur Welt: «Papa hielt jede von uns auf je einer Hand!» Bis heute eine bewegende Erinnerung. Sauerstoff ist für das Überleben von Frühchen unverzichtbar, verengt jedoch die Blutgefässe und kann die Netzhaut schädigen. Gegen die sogenannte Frühgeborenen-Retinopathie war die Medizin damals noch machtlos. Eine Operation hätte ihr Augenlicht vielleicht teilweise erhalten, aber auch schiefgehen können. Ihre Eltern entschieden sich mit der Unterstützung von Spezialisten dafür, «der Natur ihren Lauf zu lassen», und sorgten letztlich dafür, dass Marie-Pierre Assimacopoulos sich so entwickelte, wie sie heute ist – getragen von Zuversicht.

«Abgesehen von der Sehkraft, ist es die Erziehung, die den Unterschied ausmacht», hält sie unmissverständlich fest und erzählt: «Als ich noch klein war, hat meine Mutter immer viel mit mir gesprochen. Beim Anziehen benannte sie alle Körperteile und Kleidungsstücke. Dabei habe ich viel gelernt.» Womöglich ist damals auch schon ihre Leidenschaft für die Sprache(n) und das Lesen erwacht. Ein Lächeln huscht über ihr Gesicht, ehe sie anmerkt: «Mit einer sehenden Zwillingsschwester kommt es unweigerlich zu Vergleichen. Wir sind ziemlich verschieden, aber wir haben zusammen immer viel gelacht und uns gegenseitig geholfen.» Nicht zuletzt, um das Feminine, Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein sowie Resilienz anhaltend zu stärken.

Hat sie sich denn früh schon für Psychologie interessiert? «Überhaupt nicht! Als Teenager wollte ich zunächst Bildhauerin, dann Schriftstellerin oder Journalistin werden», gesteht Marie-Pierre Assimacopoulos lachend. Erst im Gymnasium habe sie realisiert, dass alle spontan mit ihr reden mochten und sie selbst gerne zuhört. Statt weiterhin gut gemeinte Ratschläge zu erteilen, habe sie irgendwann schlicht erkannt, dass fast alle «einfach mal ihr Herz ausschütten müssen, damit sie selbst auf Lösungen kommen». Zudem gehe es in der Psychologie grundsätzlich oft einfach darum, Probleme in Worte zu fassen. Nach Studien in Genf und später in Lausanne für Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung sowie klientenzentrierter Psychotherapie begleitet sie inzwischen Schülerinnen und Schüler in praktischen, aber auch persönlichen Fragen. Ab und an habe es dabei Vorbehalte wegen ihrer Sehbehinderung gegeben, oftmals sei ihr dies aber auch entgegengekommen: «Wer eher etwas gehemmt ist, fühlt sich im Gespräch – quasi unsichtbar – oft wohler, weil nicht unter Beobachtung.» Daneben widmet sie sich auch der Beratung für Erwachsene, die sich während ihrer Sprechstunden am Empfang der Cité des Métiers melden können.

#### Gelebte Selbsthilfe

Neben ihrer beruflichen Tätigkeit im Rahmen in etwa eines 60-Prozent-Pensums achtet Marie-Pierre Assimacopoulos auf nicht weniger nährenden Ausgleich beim Rudern, Singen, Skifahren und Wandern oder mit Pilates und der ihren Wissensdurst stillenden Lektüre von Büchern. Generell mag sie mit ihrem Leben nicht hadern, sondern ist sich vielmehr bewusst, dass sie mit noch weit schlimmeren Konsequenzen behaftet sein könnte. Ihr in ihrem Umfeld immer wieder respektvoll wahrgenommener Optimismus hat sie zuletzt via Facebook auch einer Genfer Walking-Gruppe zugeführt, die von ihr sogleich darüber aufgeklärt wurde: Sie sei blind und bedürfe eines Guides, dessen Anleitung sie gerne übernehme. So läuft es bei Marie-Pierre Assimacopoulos stets – auch im Groupement Romand de Skieurs Aveugles et Malvoyants (GRSA), wo sie sich für die Ausbildung von Tandem-Guides engagiert und dabei nicht müde wird, die Bedeutung der für die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben elementaren Selbsthilfe zu betonen.

Auch wenn sie ihre eigenen Erfahrungen niemandem aufdrängen will, verkörpert die vife Genferin als langjähriges SBV-Mitglied gleichsam jene wahre Selbsthilfe, die befreit, ermutigt, vernetzt und Zusammenhalt schafft – im Unterschied zur bisweilen stigmatisierenden verkappten Hilfe, die Betroffene insbesondere aufgrund projizierter Vorstellungen und Anerkennung erheischender Bedürfnisse in die Schranken weist. Eben diese falsch verstandene Unterstützung meint Marie-Pierre Assimacopoulos, wenn sie sagt: «Genau da spüre ich meine als Last definierte Behinderung, die uns die Gesellschaft aufgrund unseres Handicaps aufbürdet.» Im Lockdown wiederum schätzte Marie-Pierre Assimacopoulos diverse spontan entstandene WhatsApp-Gruppen, die buchstäblich der Selbsthilfe mit erweiterten Kontakten entsprachen. Beispielsweise für ihr dienliche Kochtipps, für die sie sich mit Lektüre-Empfehlungen zu revanchieren wusste. Dies ist mit ein Grund dafür, dass sie sich seitens SBV für die Mitglieder in Sachen Selbsthilfe künftig mehr Präsenz wünscht. Zumal sie sich namentlich vom «Réseau des iPhoniens» der Apfelschule beeindruckt zeigt.

#### Geschätzte Hilfsmittel

Überhaupt ist Marie-Pierre Assimacopoulos sehr wohl bewusst, dass technische Hilfsmittel ihr den Alltag massgebend erleichtern – getreu der Devise: «Niemals ohne mein iPhone!» So freut sie sich denn auch darauf, die für Blinde im Wortsinn wegweisenden GPS-Funktionen in anstehenden Kursen noch besser zu beherrschen, um sich autonomer in der Stadt bewegen zu können. Da sie allein lebt, vertraut sie überdies oft auf die App «Be My Eyes» und hat damit schon so manche Situation gemeistert. Selbstredend nutzt sie auch soziale Netzwerke, um sich im Bekannten- und Freundeskreis auszutauschen. Klar für sie aber bleibt: «Kein Smartphone ersetzt den weissen Stock oder die helfende Hand. Der Langstock garantiert uns Sicherheit, macht uns sicht- und unsere Sehbehinderung erkennbar.» Auch die einen sanfteren Zugang zur Literatur und zum Wissen garantierende Braille-Lektüre möchte Marie-Pierre Assimacopoulos keineswegs missen. So kann sie bei Bedarf den PC-Bildschirm und Sprachansagen hinter sich lassen und sich stattdessen der haptischen Intimität der Worte zuwenden.

#### Bildbeschreibungen

Auf dem ersten Bild ist die gleich gekleidete Frau des Titelbilds bei der gläsernen Eingangstür eines Bürogebäudes zu sehen. Um ihren Hals trägt sie eine Tasche. In der rechten Hand hält sie ihren weissen Faltstock, mit der ausgestreckten linken Hand ertastet sie die nahe Türstange. Mit der Legende: Fokussierte Konzentration: Marie-Pierre Assimacopoulos beim Eingang des Collège du Marais, einem ihrer beiden Arbeitsorte. Foto: François Schaer

Bildkombi mit drei horizontal angeordneten Bildern. Das erste Bild zeigt dieselbe Frau beim Schminken mit geschlossenen Augen. Auf dem mittleren Bild ertastet sie mit ihren Händen ein vor ihr aufgehängtes Kleid, das die Verkäuferin neben ihr mit der rechten Hand gegen sie ausrichtet. Auf dem dritten Bild sitzt sie in ihrem Büro am Computer. Mit der Legende: Erprobte Autonomie: Marie-Pierre Assimacopoulos macht sich für einen weiteren Arbeitstag bereit, findet sich mit Unterstützung im Kleidergeschäft zurecht und vertraut im Büro auf eine Braille-Zeile. Fotos: François Schaer

# Schwerpunkt

## Existentielle Triebfeder zur freien Selbstentfaltung

Roland Erne, Redaktor «der Weg»

Was beinhaltet und meint Selbsthilfe, was nicht und weshalb? Wir haben bei den Verantwortlichen auf strategischer Ebene der im Sehbehindertenwesen tätigen Organisationen Schweizerische Caritasaktion der Blinden (CAB), Retina Suisse, Schweizerischer Blindenbund (SBb) und Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband (SBV) – unter Einbezug von Vorstand und Sektionenrat – sowie der beiden Dachorganisationen Agile.ch und Schweizerischer Zentralverein für das Blindenwesen (SZBLIND) nachgefragt. Eine auf grundlegende Erkenntnisse gestützte Erhebung, deren Ergebnis sich weiter zu verfolgen empfiehlt.

Selbsthilfe – ein grosses Wort gelassen ausgesprochen, könnte sich in Anlehnung an Goethe zumindest vermuten lassen. Was aber dürfte Selbsthilfe im Kern bedeuten? Einer Sachlichkeit verpflichtet, die nicht an einen inflationären Gebrauch oder gar eine bisweilen ideologische Einfärbung des Begriffs geknüpft ist. Aus der Sicht des Einzelnen zentral ist zunächst der individuelle Antrieb, sich selbst helfen zu wollen, insbesondere in der Bewältigung von Problemen, Schwierigkeiten, Unannehmlichkeiten oder Hindernissen. Ein elementares Bedürfnis, das gemeinsam fraglos zielgerichteter einzulösen ist als allein.

Kollektive Selbsthilfe ist demnach gekennzeichnet von wechselseitiger Hilfe und Unterstützung – im Zeichen des Identitätsprinzips. In organisatorischer Hinsicht hat sich für den SZBLIND als Selbsthilfe- und Dachorganisation im Schweizer Blinden- und Sehbehindertenwesen dabei der mitgliedschaftlich strukturierte Verein als «die bestmögliche Variante der Umsetzung der Selbsthilfe entpuppt». Dies mithin im Unterschied zu Organisationen wie Stiftungen, die in der Regel keine Mitgliedschaften und folglich keine Delegiertenversammlung kennen.

#### Stärkendes Kollektiv

Im Unterschied zur Fachhilfe, die von meist nicht selbst betroffenen Fachpersonen getragen wird, setzt Selbsthilfe vielmehr auf das Miteinander von Betroffenen, die ihre Geschicke selbst an die Hand nehmen und sich in ihrer Eigenständigkeit, Entscheidfindung und Selbstverantwortung gegenseitig stärken. Ihr Kollektiv entspricht so einem Forum für die eigenen Anliegen und Interessen, das den Austausch wie auch Kontakte auf Augenhöhe ermöglicht und die Bewältigung des Alltags erleichtert.

Agile.ch, vorab in der Politik und der Interessenvertretung engagierter Dachverband der Behinderten-Selbsthilfeorganisationen in der Schweiz, verweist in diesem Zusammenhang auf eine grundsätzliche Erkenntnis: «Wir reduzieren uns nicht auf das, was wir nicht (mehr) können, sondern sehen uns als Menschen, die nicht wenig schaffen können und wollen.» Die Vertretung der Interessen von Menschen mit Behinderungen gegenüber der Politik, Verwaltung, Wirtschaft und Öffentlichkeit ist dabei explizit etwa an die Teilnahme an Vernehmlassungen zu Gesetzesentwürfen und Anhörungen oder das Lobbyieren im Parlament gebunden. Die für Agile.ch zentralen Tätigkeiten sind denn auch mit dem Begriff «Selbstvertretung» zu fassen. Konkret: «Wir Menschen mit Behinderungen sprechen für uns selbst, statt andere für uns sprechen zu lassen. Wir reden mit, wirken und bestimmen mit, wo es um uns geht. Wir kennen unsere Rechte und fordern sie ein.» Nicht zuletzt aus Kapazitätsgründen verzichtet wird hingegen auf Rechtsberatung und Therapiegruppen.

#### Hilfe versus Selbsthilfe

Als nationale Selbsthilfeorganisation sieht sich der SBV prioritär der gesellschaftlichen Inklusion und beruflichen Integration verpflichtet. Nicht von ungefähr ist ihm an einer Differenzierung zwischen Hilfe und Selbsthilfe gelegen: «Direkte finanzielle Hilfen oder mit der Giesskanne verteilte Geldleistungen sowie die Unterstützung von Freizeitaktivitäten gehören nur bedingt dazu. Ein hoher Prozentsatz der Betroffenen leidet unter finanziellen Schwierigkeiten und Engpässen, die ihnen den Zugang zu Freizeitaktivitäten, Urlaub, Reisen und Hobbys verwehren. Dabei geht es jedoch nicht um Selbsthilfe, sondern um Hilfe.» Zudem ist für den Verbandsvorstand klar, dass der Einsatz für integrative Gesetze noch lange nicht abgeschlossen ist. Entsprechende Resultate würden sich überdies weit umfassender auswirken als finanzielle oder sonstige Unterstützung, die der Verband leisten kann. Ein gemeinhin unterschätztes Engagement: «Leider erkennen Mitglieder darin nicht immer den unmittelbaren Nutzen, den sie sich wünschen.» Der Sektionenrat seinerseits betont: «Vordringlich bleibt die Aufwertung von Betroffenen, die sich sonst isoliert und nutzlos fühlen würden.» Retina Suisse wiederum setzt sich als Selbsthilfeorganisation dafür ein, dass Patientinnen und Patienten mit Retinitis pigmentosa, Makuladegeneration, Usher Syndrom und anderen Erkrankungen des Augenhintergrundes eine präzise Diagnose, Behandlung und Rehabilitation erhalten. Zwecks dieser Aufklärung und Begleitung nutzt Retina Suisse die Selbsthilfe als Schnittstelle zwischen Medizin, Forschung und Wissenschaft sowie Patientinnen und Patienten, um deren Interessen gegenüber Gesellschaft und Politik zu vertreten. Derweil bekräftigt die CAB: «Wir nutzen die Möglichkeit, uns selbst zu helfen und Entscheidungen zu treffen, die unserer Behinderung entsprechen.»

#### Vielfalt der Selbsthilfe und Ziele

Wie aber ist die Vielfalt der Selbsthilfeorganisationen für Blinde und Sehbehinderte in der Schweiz zu erklären? Gründe dafür sind selbstredend bedarfsgerecht unterschiedliche Tätigkeitsschwerpunkte und Zielgruppen wie auch historisch bedingte Entwicklungen, die zu keineswegs ungewöhnlichen Abspaltungen führten. «Gesamthaft ergänzen sich diese Organisationen und sind je nach Region unterschiedlich stark vertreten», so die Meinung des SBV-Sektionenrats. Ähnlich pragmatisch äussert sich der SBb: «Alle diese verschieden grossen und deshalb mehr oder weniger persönlichen Organisationen haben wohl dasselbe Ziel: Betroffene zu unterstützen. Und diese können dort Mitglied sein, wo sie sich wohl fühlen – wie bei Krankenkassen oder Versicherungen auch.» Aus Sicht des SZBLIND schliesslich würden häufig moralisch gefärbte Schuldzuweisungen weder zum besseren Verständnis noch zur Bereitschaft beitragen, gemeinsam Änderungen anzustreben. Zumal es aktuell an einer historischen Aufarbeitung fehle, um darauf passende Antworten zu geben.

Diese Diversität erklären Variationen von Gründungsgedanken und Zielen von einigermassen grosser Bandbreite. Geht die Gründung des für soziale Einbindung einstehenden respektive der Isolation entgegenwirkenden SBV im Jahr 1911 auf das zu Beginn des 20. Jahrhunderts erstarkte Bestreben nach mehr Eigenständigkeit und Selbstständigkeit im Gefolge der Loslösung von der Gunst gutmeinender Gönner/-innen und der Grosszügigkeit von Wohlhabenden zurück, wurde der Blindenbund 1958 aus dem Gedanken gegründet, die finanzielle und materielle Unterstützung von Betroffenen zu stärken. Die CAB verfolgte 1933 mit ihrer Gründung das Ziel, Selbstbestimmung und Selbstständigkeit sowie inzwischen nicht mehr nur katholisch geprägte Integration auch in religiöser Hinsicht zu leben. Seit 1979 befähigen sich Retina Suisse und ihre Mitglieder gegenseitig, ihre Anliegen der Fachwelt und der breiten Öffentlichkeit bekannt zu machen. 1951 als ASKIO (Arbeitsgemeinschaft Schweizerischer Kranken- und Invaliden-Selbsthilfeorganisationen) gegründet, engagiert sich die daraus hervorgegangene Dachorganisation Agile.ch heute weiterhin für die Existenzsicherung und Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen. Der SZBLIND wurde 1903 von den leitenden Vertretern der damaligen Blindenorganisationen ABA und OBV (heute: obvita) gegründet – mit dem erstrangigen Ziel, die gemeinsamen Interessen gegenüber dem Bund wahrzunehmen.

#### Profilierte Dienstleistungen

All dies spiegelt sich in profilierten Dienstleistungen, seitens SBV und SBb insbesondere mit Beratungsstellen und Kursen, organisierten Aktivitäten und Ausflügen, seitens CAB ausser Kursen und Beratung mit organisierten Reisen, seitens Retina Suisse – neben der zentralen Vermittlung von Informationen zur Diagnose, Behandlung und Rehabilitation – auch mit Sozialberatung, öffentlichen Veranstaltungen samt spezialisierten Referenten und mit Selbsthilfegruppen. Als Dachverband bietet der SZBLIND Leistungen an, welche die Interessen der eingebundenen Organisationen alimentieren. Dazu gehören vorrangig Kollektivleistungen, die von den einzelnen Mitgliedorganisationen zum Beispiel aus Gründen der Effizienz delegiert werden, also etwa Koordination der Interessenvertretung, Forschungsbestrebungen zu Phänomenen der Sehbehinderung, Subventionswesen auf Bundesebene oder Aufrechterhaltung von nationalen Fachkommissionen, auch im Sinne von Qualitätszirkeln. Getreu des vordringlichen Engagements auf Ebene von Politik und Interessenvertretung legt Agile.ch Gewicht auf Medien- und Öffentlichkeitsarbeit, flankiert von Veranstaltungen zu behindertenpolitischen Fragen.

So gesehen, bleibt Selbsthilfe auch weiterhin unerlässlich. Für Agile.ch, «weil wir die Expertinnen und Experten in eigener Sache sind und dort mitreden wollen, wo es um uns geht». Aus Sicht des SBb namentlich deshalb, «damit sich die Betroffenen weiterhin mit ihren Anliegen beschäftigen und sich nicht weiter zu einer bereits bestehenden Art Konsumgesellschaft entwickeln». Gänzlich unmissverständlich formuliert es der SZBLIND: «Wir erachten den Antrieb zur Selbsthilfe als archetypische, existentielle menschliche Triebfeder zur freien Selbstentfaltung. Versuche anderer, diesen Anspruch zu unterdrücken und zu brechen, sind vielfältig und haben allesamt totalitären Charakter.»

#### Selbsthilfe und Inklusion

Die Verknüpfung von Selbsthilfe und Inklusion, also gesellschaftlicher Integration, wird als nicht weniger grundsätzlich eingestuft. «Für die Sensibilisierung von Nicht-Betroffenen gibt es keine besseren Vorbilder als Menschen mit Behinderung, die im Alltag fest in die Gesellschaft eingebunden sind. Unsere Mitglieder untermauern die Glaubwürdigkeit der Behinderung, damit wir die Inklusion in für sie günstigen Gesetzen verankern können. Und im Unterschied zu all jenen, die sich engagiert für uns stark machen, ohne eine Behinderung am eigenen Leib zu erleben, können wir diese nicht abstreifen», hält der SBV-Vorstand fest. Derweil fragt sich der SBb, ob Inklusion wirklich realisierbar sei. Unbesehen davon gelte es weiterhin, die Behinderung zu zeigen, ohne zu jammern. Für Agile.ch ist Inklusion nur zu erlangen, wenn neben der Politik, Verwaltung, Wirtschaft und Öffentlichkeit die Menschen mit Behinderung selbst aktiv dazu beitragen. Die Selbsthilfe unterstütze und befähige Betroffene, ihre Bedürfnisse und Interessen durchzusetzen und fördere die Teilhabe am politischen und gesellschaftlichen Leben. Letztlich aber sei Inklusion in erster Linie eine grundlegende Haltung, die von möglichst vielen Menschen getragen und gelebt werden müsse, damit die Gesellschaft tatsächlich auch inklusiv werde. Die ungeschminkte Haltung des SZBLIND: «Die Inklusion strebt einen fliessenden Übergang der Anpassungsleistung von Nicht-Behinderten für Behinderte und Behinderten für Nicht-Behinderte an und scheint uns ein vernünftiger Ansatz zu sein, der jenem der Selbsthilfe vermutlich kaum widerspricht.»

#### Selbsthilfe der Zukunft

Vor diesem Hintergrund sind auch zentrale Aspekte der künftigen Gestaltung und Organisation der Selbsthilfe einzuordnen:

• Behinderungsübergreifende Zusammenarbeit der Organisationen von Menschen mit Behinderung samt optimaler Arbeitsteilung.

• Analyse nicht nur der Stärken, sondern auch der Schwächen und Gefahren der Selbsthilfe zwecks nüchterner und unbefangener Klärung des Begriffs auf verständlichem Fundament.

• Konzentration auf den Ausbau der eidgenössischen und der kantonalen Gesetzgebung mit dem Ziel, die gesellschaftlichen Akteure zur Einhaltung gewisser Vorgaben zu verpflichten.

• Steigern des Stellenwerts der Selbsthilfe, falls Inklusion und Integration inklusive Umsetzung der Behindertenrechtskonvention weiterhin nicht der Norm entsprechen.

• Ins Boot holen von jüngeren Generationen der Betroffenen, die vielleicht (noch) nicht so viel von Selbsthilfe halten.

• Einigung auf einen gemeinsamen Weg der verschiedenen Organisationen insbesondere im Bereich Interessenvertretung.

• Bündelung der gemeinsamen Themen, damit letztere grösseres Gewicht erhält – getreu der Devise: «Nichts über uns ohne uns!»

#### Bildbeschreibungen

Ein erstes Bild zeigt einen jungen Mann, der in seiner Küche vor einem offenen Vorratsschrank mit geschlossenen Augen konzentriert eine Konservendose ertastet. Mit der Legende: Zentraler Antrieb: der Wille, sich selbst zu helfen. Foto: Patrick Lüthy

Bildkombi mit drei vertikal angeordneten Bildern: Das oberste Bild zeigt zwei Frauen mit weissen Stöcken und eingehakten Armen, auf Kopfsteinpflaster unterwegs in der Innenstadt von Lausanne. Auf dem mittleren Bild stehen ein Mann und eine Frau im Eingangsbereich des BBZ Lausanne. Die Frau hält in der linken Hand ihren Langstock, in der rechten einen Infrarot- und Laserstrahlen aussendenden Tom-Pouce®-Stock, angeleitet vom Mann neben ihr. Auf dem dritten Bild überqueren zwei Frauen vor einem sich nähernden Auto eine Fahrbahn. Die vordere Frau mit Langstock lässt sich von einem Blindenhund führen, die Frau hinter ihr klammert sich mit der rechten Hand an ihren Rucksack. Mit der Legende: In Tandems sich zurechtfinden mit Langstock, Tom-Pouce®-Stock und im Vertrauen auf einen Blindenführhund. Fotos: Hervé Richoz

Ein weiteres Bild zeigt eine Frau mit Langstock, die barfuss holzschnitzelartigen Untergrund erkundet, geführt von einem Mann ebenfalls mit Langstock. Beide tragen sommerliche Kleidung und werden von zwei Frauen im Hintergrund beobachtet. Mit der Legende: Mit einem Sektionsausflug ins Sensorium im Rüttihubelbad gemeinsam die Sinne schärfen. Foto: hr

Bidkombi mit zwei horizontal angeordneten Bildern: Das erste Bild zeigt einen Mann und eine Frau in Malwerkstatt-Umgebung, deren Aufmerksamkeit auf eine Farbflasche gerichtet ist. Auf dem zweiten Bild ist eine grosse Tischrunde zu sehen. Mit der Legende: Die Bildungs- und Begegnungszentren (BBZ) des SBV, wie hier in Bern, pflegen die gegenseitige Unterstützung und wechselseitige Hilfe wie auch das Miteinander am Mittagstisch. Fotos: Markus A. Jegerlehner

Ein weiteres Bild zeigt eine Vierer-Jassrunde mit Spielkarten, deren Buchstaben- und Zahlensymbole stark vergrössert sind. Mit der Legende: Selbsthilfe am Jasstisch: Mit Low-Vision-Karten können auch Betroffene mitspielen. Foto: Hervé Richoz

Auf dem letzten Bild ist eine Gruppe von Blinden und Sehbehinderten – teilweise mit weissem Stock – zu sehen, die sich am Rand einer ortsnahen Bergstrasse mit ihren Smartphones beschäftigen. Mit der Legende: Unter Anleitung in einer Workshop-Gruppe die Kenntnisse einer GPS-App vertiefen. Foto: Hervé Richoz

## Selbsthilfe als Geschenk an die Gemeinschaft

Hervé Richoz, Redaktor «Clin d’œil»

Oft unversehens mit visuellen Einschränkungen konfrontiert, leben die landesweit 370’000 sehbehinderten Menschen heute in einer individualisierten Welt voller Barrieren, in der ein Bild mehr als tausend Worte sagt. Viele müssen sich lange allein «durchschlagen», bis sie eine vom SBV seit 1911 geförderte Selbsthilfe im besten Sinne kennenlernen: in der Gemeinschaft mit Menschen mit den gleichen Problemen, die Verständnis haben, die geben und nehmen.

Odettes Leben verlief normal, ehe sie mit 65 Jahren eine altersbedingte Makuladegeneration (AMD) einholte. Pierre wusste früh von seiner Netzhaut-Dystrophie (RP), die zunehmend Leiden mit sich brachte. Marcel musste mit über 40 Jahren akzeptieren, dass seine Lebererkrankung auch seine Augen schädigt. Bernadette wiederum bereitete ihr Glaukom Augenschmerzen, die alles überschatteten. Ist familiärer Rückhalt nach desillusionierenden Besuchen bei Optikern und Augenärzten an Grenzen gestossen, wird das Universum dieser Menschen mehr und mehr zu einer Parallelwelt, die ihr Umfeld hilflos macht und zuweilen Herablassung oder nur um die eigenen Gefühle kreisende Unsicherheit einschliesst, bevor sich – vielleicht – doch Unterstützung durchsetzt. Meist ist das der Moment, in dem Betroffene sich regionalen Selbsthilfegruppen zuwenden und so erfahren, dass sie Anspruch auf Hilfe haben, dabei ihren Wert entdecken und lernen, wie sich vieles einfacher handhaben lässt. Haben sie diesen Schritt einmal getan, werden sie an neue Ausdrucksformen ihrer Ressourcen «herangeführt», in für sie wichtigen Tätigkeiten «unterstützt», in ihrem Anderssein «bestätigt» oder in neuen Fertigkeiten wie dem Umgang mit modernen Technologien «geschult».

#### Fundamentale Solidarität

Heute können sich sehbehinderte Menschen überall informieren und sich an unzählige Fachleute, Spezialisten und Organisationen wenden, die ihre Inklusion fördern und verteidigen. Man könnte glauben, alles sei längst in bester Ordnung. Wäre da nicht daran zu erinnern, dass dieses hilfreiche Netzwerk erst seit Ende der 1980er Jahre besteht. Einst waren Betroffene auf die Gunst von Wohlmeinenden angewiesen, die unbedingt Gutes tun wollten, ohne dabei vorhandene Fähigkeiten und Wünsche immer zu beachten. Claudine Damay, früher selbst Aktivistin, bringt es lachend auf den Punkt: «Ob jemand blind oder sehbehindert war, machte keinen Unterschied. Alle mussten Braille lernen, weil man davon ausging, dass sie alle irgendwann erblinden würden.» Gerade diese Gemeinsamkeit schmiedete feste Bande gegenseitiger Hilfe und Solidarität über Generationengrenzen hinweg: «Weil es einfach nichts gab, legte man Wert darauf, selbst zu helfen, wenn man Hilfe in Anspruch nehmen wollte», hält die 66-Jährige aus Lausanne fest. Nun hat die Covid-19-Pandemie gezeigt, dass sich die Selbsthilfe durchaus neu zu erfinden vermag (siehe Juni-Ausgabe 2/2020).

Für Menschen, die plötzlich mit einer Sehbehinderung konfrontiert sind, ist der Zugang zu unterstützenden Netzwerken nicht selten schwierig, wie Rania Python, Koordinatorin der Gesprächsgruppen von Retina Suisse in der Romandie, betont: «Neu Betroffene müssen erst akzeptieren, Hilfe von anderen anzunehmen, zu denen sie eigentlich nicht gehören möchten. Und sie müssen ihr eigenes Leiden ebenso überwinden wie den Wunsch, jemand anders zu sein.» Die ältere Generation ihrerseits dürfe sich nicht zu Eifersüchteleien und Intrigen hinreissen lassen, gibt der in Le Mont-sur-Lausanne praktizierende Psychologe Vincent Ducommun zu bedenken, zumal Hilfsbereitschaft nicht etwa angeboren, sondern vielmehr erworben sei. Generell erweist sich die Unterstützung von Betroffenen, die ihre entscheidenden Kompetenzen einbringen und teilen, überdies oft am hilfreichsten. Dafür sprechen etwa die WhatsApp-Gruppe der Apfelschule («ApfelTalk») oder aber alle, die mit ihren soliden iPhone-Kenntnissen anderen beistehen.

Nicht zuletzt bedeutet Selbsthilfe, «konsumorientierte» Erwartungen hintanzustellen, zum Beispiel in Kursen das Tempo anderer zu respektieren und sich über jeden persönlichen und gemeinsamen Fortschritt zu freuen. Für den bald 73-jährigen Genfer Gowri Sundaram, der als langjähriges SBV-Mitglied die Räumlichkeiten seiner «Maison de Bonheur» für Treffen und Kurse zur Verfügung stellt, ist Selbsthilfe denn auch ein «überaus wertvolles» Geschenk an die Gemeinschaft, das einer inneren Haltung entspricht. Jean-Marc Meyrat, Verantwortlicher Apfelschule Westschweiz, schliesslich sagt es so: «Selbsthilfe bedeutet immer geben und nehmen – und nur schon ein Merci genügt!»

#### Bildbeschreibung

Eine jüngere Frau und ein jüngerer Mann sitzen in einem Café. Beide halten ihre Smartphones in den Händen. Sie hat sich ihm mit einem Lachen im Gesicht zugewandt, sein Blick ist auf das Handy gerichtet. Mit der Legende: Unbeschwerter Austausch zur Bedienung von Smartphones. Foto: hr

## Verbindende Erfahrungen unter Gleichaltrigen

Céline Witschard, Mitglied der Sektion Genf

Als selbstständige Berufscoachin und SBV-Mitglied (32) mit der initiativen Aufgabe, der jüngeren Generation der Genfer Sektion neue Impulse zu geben, beobachte ich, dass der Begriff «Selbsthilfe» von Betroffenen dieses Alters oft negativ wahrgenommen wird. Vielmehr bevorzugen Junge alternative Bezeichnungen wie «Unterstützung» oder «Begleitung», die weniger mit einer Abhängigkeit von anderen in Verbindung gebracht werden.

Interessanterweise wird der Begriff «Entraide» im Larousse-Wörterbuch als «wechselseitige Hilfe» definiert und ist im Sinn von «Hilfe zur Selbsthilfe» eigentlich positiv konnotiert. Dennoch ist mir im beruflichen und privaten Umfeld aufgefallen, dass die Endung «aide» Menschen mit und ohne Sehbehinderung nicht selten in die Defensive treibt. Denn: Wer Hilfe von anderen annimmt, zeigt damit, dass er bestimmte Schwierigkeiten hat oder einer Situation womöglich nicht gewachsen ist. Und sich dies einzugestehen, ist nicht leicht.

#### Aktivitäten, Gespräche, Humor

Im Kreis der jüngeren Mitglieder der Sektion Genf versuchen wir, diese nicht wörtlich genommene Selbsthilfe sozusagen durch die Hintertür auf dem Umweg über Aktivitäten, Gespräche und Humor zu verankern! Wenn wir uns bei einem Glas Wein oder einem Bier offen über unseren Alltag, unsere Lebenserfahrungen, unsere Reiseerlebnisse austauschen oder lustige Begebenheiten erzählen und zusammen lachen, ist das nichts anderes als wechselseitige Hilfe zur Selbsthilfe, auch wenn wir das niemals so nennen würden.

Man fühlt sich einfach wohler, wenn man erlebt, nicht als Einzige Situationen unterworfen zu sein, die manchmal komisch sind, bisweilen aber auch nicht. Nach einem Gespräch mit Gleichaltrigen, die noch viel schlechter sehen, aber viel gelassener und positiver mit ihrer Sehbehinderung umgehen, lässt sich die eigene Sehschwäche jedenfalls ganz automatisch leichter akzeptieren. Ohne bewusst Vorbild sein zu wollen, helfen die besonders selbstständigen, unternehmungslustigen jungen Betroffenen dabei indirekt denen, die noch Mühe haben, ihre Behinderung anzunehmen.

#### Motivierender Austausch

Was könnte motivierender sein als der Austausch mit Gleichaltrigen, die sich trotz Sehbehinderung beruflichen Herausforderungen stellen, dem Sport widmen, die Welt bereisen und voller Ideen und Talente stecken? Allein durch unser eigenes Wesen helfen wir uns gegenseitig ohne viele Worte, indem wir andere, die sich mit ihrer Sehschwäche noch nicht wirklich abgefunden haben, dazu ermutigen, einfach nur sie selbst zu sein und das Potenzial ihrer vielseitigen Persönlichkeit zur Entfaltung zu bringen!

#### Bildbeschreibung

Ein junges «Paar» blickt lachend in die Kamera. Beide tragen Sonnenbrillen und sommerliche Kleidung. Mit der Legende: Jugendlicher Schwung in den Westschweizer Sektionen: Selfie der Genferin Céline Witschard und des Freiburgers Antoine Robert. Foto: zVg

## Klinische Tests im Zeichen der Selbstlosigkeit

Dr. Céline Moret, Bioethikerin, Universität Genf

Vor seiner Marktzulassung muss ein neues Arzneimittel in klinischen Tests an freiwilligen Probanden getestet werden. Im Zusammenhang mit dem Schwerpunkt-Thema dieser Ausgabe gilt es, den Stellenwert der Selbsthilfe und ihren Platz in der medizinischen Forschung hervorzuheben – vor dem Hintergrund der Covid-19-Pandemie erst recht.

Die Teilnahme an einem klinischen Versuch mit einem neuen Medikament entspricht in erster Linie einer selbstlosen Haltung. Ziel der medizinischen Forschung ist es, mit streng wissenschaftlichen Methoden die Wirksamkeit einer Therapie zu prüfen und ihre Nebenwirkungen zu identifizieren. Ein positives Ergebnis lässt sich dabei nie garantieren. Wer die Teilnahme an einem solchen Test erwägt, sollte sich dessen bewusst sein, um keinen unrealistischen Erwartungen zu unterliegen. Nützlich ist die Teilnahme von Probanden an einem klinischen Versuch allerdings immer – für alle anderen Betroffenen, denn die Erkenntnisse aus der Studie sind für den Fortschritt der Medizin unerlässlich. Die Freiwilligen, die sich heute dafür stark machen, ermöglichen damit vielleicht die Heilung der Patienten von morgen!

Seit Inkrafttreten des Humanforschungsgesetzes (HFG) 2014 nehmen die Betroffenen selbst Einsitz in den Ethik-Kommissionen der Forschung. Seite an Seite mit Medizinern, Bioethikern und Juristen prüfen sie, ob der Schutz der Teilnehmenden an klinischen Tests gewährleistet ist. Dabei wird in erster Linie deren Nutzen im Verhältnis zu den Risiken bewertet, denen die Probanden ausgesetzt sind. Die Erfahrung und die Lebenssituation der Betroffenen werden damit endlich als echte Kompetenzen anerkannt und kommen den anderen Patienten zugute.

Einige von Ihnen werden beim Lesen dieser Zeilen vielleicht denken, die Welt der Forschung sei weit weg von den eigenen Alltagssorgen, aber in Wahrheit sind wir alle betroffen. Wenn zum Beispiel eines Tages ein Impfstoff gegen das Corona-Virus zur Verfügung steht, dann verdanken wir ihn sorgfältig durchgeführten klinischen Versuchen und vor allem den Freiwilligen, die gesundheitliche Risiken in Kauf nehmen, um unsere Gesundheit zu schützen.

#### Bildbeschreibung

Schulterporträt von Céline Moret, mit einem Lächeln im Gesicht leicht von der Seite fotografiert. Sie trägt eine Kurzhaarfrisur und eine weisse Bluse. Mit der Legende: Céline Moret. Foto: Francine del Coso

## Teil einer Gemeinschaft sein

Sarah Wyss, Geschäftsleiterin Selbsthilfe Schweiz

Die schweizweit über 2’500 Selbsthilfegruppen zeichnen sich durch reiche Vielfalt zu über 300 verschiedenen Themen aus: von A wie Angststörungen bis Z wie Zöliakie – derzeit vermehrt auch mit Gruppen zu Einsamkeit und Hochsensibilität.

In Selbsthilfegruppen schliessen sich Menschen in gleichen oder zumindest ähnlichen Lebenslagen zusammen, um sich gegenseitig zu helfen. In einer herausfordernden Situation alltägliche Schwierigkeiten gemeinsam meistern ist jedenfalls weit einfacher, als sich allein auf weiter Flur durchzuschlagen. Aufmunternde Worte, praktische Tipps, insbesondere ein Gefühl des Verstanden-Werdens helfen. Aktiv in der Selbsthilfe zu sein bedeutet, Teil einer Gemeinschaft zu sein. Kurz: Die Selbsthilfe lebt von einer gesunden Mischung zwischen Selbstverantwortung und Solidarität. Selbsthilfegruppen entsprechen somit durchaus einem Abbild unserer demokratischen Gesellschaft.

#### Aufholbedarf in der Westschweiz

In der Schweiz gibt es inzwischen 20 regionale Selbsthilfezentren (www.selbsthilfeschweiz.ch/regionen), die den Überblick über bestehende und geplante Selbsthilfegruppen ihres Zuständigkeitsgebiets gewährleisten sowie Anlauf-, Beratungs- und Informationsstellen für und über Selbsthilfegruppen sind. Während in der Deutschschweiz fast alle Kantone – Ausnahme ist Glarus – ein zuständiges Selbsthilfezentrum haben, sind wir in der Romandie noch nicht so weit. Die (noch) fehlende örtliche Präsenz schlägt sich denn auch in der Anzahl bereits existierender Selbsthilfegruppen nieder. So ist die Dichte der Selbsthilfegruppen in der Deutschschweiz deutlich höher als in der Westschweiz.

Eine 2017 erschienene Studie zeigt eindrücklich, dass das Entwicklungspotential der Selbsthilfe noch lange nicht ausgeschöpft ist, zumal für bestimmte Bevölkerungsgruppen zahlreiche Zugangshürden bestehen. Für eben solche Zielgruppen hat Selbsthilfe Schweiz in ihrer Funktion als nationale Dienst- und Koordinationsstelle ein Projekt wie Femmes-Tische Schweiz lanciert, welches bei den Schlüsselpersonen der Migrationsbevölkerung ansetzt – mit dem Ziel, die sprachlichen und kulturellen Hürden zu reduzieren. Ebenso die konsequent ausgebaute virtuelle Selbsthilfe, um jungen Menschen die Selbsthilfe näher zu bringen. Davon werden auch mobilitätseingeschränkte Personen profitieren können. Nicht zuletzt konnte im Sommer 2020 auch das Pilotprojekt «selbsthilfefreundliche Spitäler» abgeschlossen werden, das kurz vor einer schweizweiten Implementierung steht. Ziel ist die Stärkung der Gesundheitskompetenz, das Aufrechterhalten des eigenen Gesundheitszustands und die Verbesserung der Lebensqualität (www.selbsthilfefreundlichkeit.ch). Demnach ist einiges in Gang gekommen!

#### Bildbeschreibung

Nahaufnahme von zwei Frauen und einem Mann, die im Gespräch zusammensitzen. Mit der Legende: Wertvoller Austausch in einer Selbsthilfegruppe. Foto: zVg. In den Text integriert ist zudem das Logo von «Selbsthilfe Schweiz».

#### Service-Information

**Nicht für mich oder nicht jetzt?**

Das Auftreten respektive Bewusstsein einer genetisch oder funktionell bedingten Beeinträchtigung der Sehkraft ist für 370'000 Menschen in der Schweiz (Daten SZBLIND) ein echtes Erdbeben, das in jedem Alter einen mehr oder weniger langen Prozess auslöst. Hauptanliegen im Zusammenhang mit dem Verlust des Sehvermögens ist die Notwendigkeit medizinischer und wissenschaftlicher Antworten. Betroffene mit entsprechenden Informationen auch aus der Forschung zu versorgen, hat sich Retina Suisse (www.retina.ch) zur prioritären Aufgabe gemacht. Zumal sich (neu) mit einer Sehbehinderung konfrontierte Klienten in diesem Stadium nicht in eine Zukunft mit unscharfen Konturen projizieren oder neben Menschen stehen möchten, deren relative Autonomie schwer vorstellbar ist. Nicht von ungefähr bestätigen Teilnehmende der «Retina»-Gesprächsgruppen, dies sei ihre erste Lebensader. Menschen in ihrer Umgebung würden die Chancen und das Potenzial der Selbsthilfe überdies besser wahrnehmen.

Nicht weniger elementare Unterstützung finden «zu gegebener Zeit» gerne aufgenommene Betroffene beim SBV (www.sbv-fsa.ch) – im Wissen darum, dass jeder Weg individuell verläuft und gewissermassen einem eigenen Rhythmus folgt. Nach und nach geschehen so kleine oder grössere «Wunder», zum einen durch die verbandseigenen Beratungsstellen, deren Fachspezialisten «geniale» Hilfsmittel vorschlagen, zum andern durch die vielfältigen Dienstleistungen der regional verankerten 16 Sektionen. So vermögen Betroffene ihren Platz, ihre Lebensfreude und Würde zurückzugewinnen, sei es mit Sport, sei es mit der Teilnahme an Sektionsaktivitäten, angebotenen Kursen und Workshops samt der Entdeckung eines freundschaftlich hilfreichen Netzwerks. Willkommen! **hr**

# Verbandsleben

## Standpunkt

Monika Baumann, Präsidentin Sektion Ostschweiz

#### Liebe Leserin, lieber Leser

Anlässlich der diesjährigen Hauptversammlung unserer Sektion Ostschweiz durfte ich gegen Ende Februar das Präsidium von Giuseppe Porcu übernehmen. Bereits ab August 2019 hatte ich an den Vorstandssitzungen teilgenommen. Aufgrund dieser Einblicke entdeckte ich eine neue Herausforderung. Ich selbst bin sehbehindert, die meisten Vorstandsmitglieder sind sogar blind. Nicht zuletzt dies gab mir den Mut, die Aufgabe als Sektionspräsidentin zu übernehmen.

Seither habe ich gelernt, meine Behinderung zu akzeptieren. Im Kreis unseres Vorstands wurde mir mehr und mehr bewusst, dass es für Blinde und Sehbehinderte diverse Hilfsmittel gibt, die auch mir nützen. Das Angebot reicht von weissen Stöcken über tastbare und sprechende Uhren bis zu Kommunikationshilfen wie benutzerfreundliche Telefone mit grossen Tasten, kontrastreichem Bildschirm und einfacher Menüführung. Unschätzbare Vorteile bietet insbesondere das iPhone, etwa mittels VoiceOver für Fahrplan-Abfragen oder Wegbeschreibungen. Zudem schätze ich die App «SBS Leser Plus» (für iOS), inklusive Abspiel- und Download-Möglichkeit für Hörbücher und E-Books der SBS Schweizerischen Bibliothek für Blinde, Seh- und Lesebehinderte in Zürich. Am PC wiederum vertraue ich auf ZoomText, eine Vergrösserungs-Software mit Sprachausgabe. Beim Lesen schliesslich dient mir eine elektronische Visolux-DIGITAL-XL-FHD-Lupe auch für eine mobile Anwendung.

Blindheit und Sehbehinderung haben direkte Auswirkungen auf viele Bereiche des täglichen Lebens. Oft ist es nötig oder aber unabdingbar, sich anders als Sehende einzurichten und zu organisieren, um ein ausgefülltes und selbstbestimmtes Leben zu führen. Inzwischen ist mir klar, dass jene Selbsthilfe unerlässlich ist, die Betroffene mit ähnlichen Lebenssituationen, denselben Problemen, einem gemeinsamen Anliegen zwecks gegenseitiger Hilfe zusammenbringt. Selbstbestimmung und Selbstverantwortung, Hilfe und Solidarität sind die wichtigsten Merkmale dieser Selbsthilfe – getreu dem Motto: Gemeinsam weiterkommen!

#### Bildbeschreibung

Schulterporträt von Monika Baumann. Sie trägt halblange dunkelblonde Haare, eine Brille und Ohrreifen sowie über einer hellen Bluse eine dunkelblaue Jacke. Mit der Legende: Monika Baumann. Foto: SBV

## Veranstaltungen

Die Corona-Pandemie hat weiterhin auch Auswirkungen auf den Veranstaltungskalender, der für diese Ausgabe erneut in einer der ausserordentlichen Situation angepassten Version abgedruckt wird. Beachten Sie deshalb bitte insbesondere die Kontaktangaben wie auch die Hinweise auf die sektionseigenen VoiceNet-Rubriken und Websites.

#### Sektion Aargau-Solothurn

19.09. Mitgliederversammlung in Zofingen. Kontakt: Ulrich Heitzmann, 056 245 62 40 oder ulrich-heitzmann@sbv-bvas.ch

11.11. Jass-Tag im «Bornblick» Olten, 10 Uhr. Kontakt: Peter Müller, 062 216 14 37 oder peter.maria.mueller@bluewin.ch (Anmeldung bis 1. November)

28.11. Chlaushock in der «Aarauerstube», 14 Uhr. Kontakt: Rita Mayer, 056 610 74 03 oder rita-mayer@sbv-bvas.ch (Anmeldung bis 21. November)

Fitness-Nachmittag – Pilates-Kurs: Klubschule Migros Aarau, jeweils montags, 14.45 Uhr. Kontakt: SBV Bern, 031 390 88 37 oder kurse@sbv-fsa.ch. Kreativ-Gruppe: TDS Aarau, jeden Mittwoch, 09.15 oder 13.15 Uhr. Kontakt: SBV Bern, 031 390 88 29 oder kreativgruppen@sbv-fsa.ch. Englisch-Kurs: Fokus-Plus Olten, freitags alle zwei Wochen, 13.30 Uhr (Level A1 und A2), 15.00 Uhr (B1 und B2). Kontakt: Bruno Zaugg, 062 797 23 84 oder simbeli98@gmail.com. Stammtisch/Kaffeetreff: «Aarauerstube» Aarau, am zweiten Dienstag jeden Monats, 14 Uhr. Kontakt: Ulrich Heitzmann, 056 245 62 40 oder ulrich-heitzmann@ sbv-bvas.ch. Lunchtreff: «Wynestübli» Reinach, am zweiten Donnerstag jeden Monats, 12 Uhr. Kontakt: Rita Mayer, 056 610 74 03 oder rita-mayer@sbv-bvas.ch. Kurzfristige Änderungen aufgrund der Corona-Pandemie bleiben vorbehalten. VoiceNet: Rubrik 1 2 2, www.sbv-bvas.ch

#### Sektion Bern

Die geplanten Veranstaltungen (Besuch Zither-Museum mit Rösslifahrt, Emme-Wanderung) sind abgesagt, die Mitglieder sind über die Mailing-Liste informiert worden. Stammtisch: Ab Ende September im «Egghölzli» Bern, jeweils 18 Uhr. Jolanda Gehri, 079 339 79 89. VoiceNet: Rubrik 1 3 1 1, www.sbv-fsa.ch/sektionen/bern

#### Sektion Berner Oberland

Mit Ausnahme des Lotto-Termins vom 24.10. wurden unsere geplanten
Veranstaltungen allesamt verschoben.

Kontakt Sektionsausflüge/Veranstaltungen: Bruno Seewer, bruno.seewer@bluewin.ch, 079 206 61 65. Hans Amport, hans.amport@gmx.ch, 033 773 65 33. Kreativgruppe Thun: Pia Krüger, p.krueger@sunrise.ch, 077 414 87 58. Kreativgruppe Spiez: Bettina Stoll, creabettina@gmx.ch, 033 654 94 06. Freitagstreff: Yvonne und Jürg Albisser Gut, 033 437 25 82. VoiceNet: Rubrik 1 3 1 2, www.sbv-fsa.ch/sektionen/berner-oberland

#### Sektion Biel-Berner Jura

17.10. Lotto im Café-Restaurant Stiftung Battenberg

11.11. «Höck plus»: Besuch CERN Genf

06.12. Chlaus-Feier im Café-Restaurant Stiftung Battenberg

16.12. Fondue-Plausch

Wandergruppe. Kontakt: Irene Schönmann, 032 385 27 12

Anmeldungen und Auskunft auch zur Durchführung infolge der Covid-19-Pandemie: Esther Weber, 032 331 25 13 oder weberesther@gmx.ch

VoiceNet: Rubrik 1 3 1 3, www.sbv-fsa.ch/sektionen/biel

#### Sektion Freiburg

19.09.-23.09. Aktivferien Leukerbad: finden statt, sofern keine andere Meldung erfolgt.

Keine Veranstaltungen im September (Picknick) und Oktober (Kilbi Greyerz). Zu jenen im November (Kaeserberg) und Dezember (Weihnachtsfeier und eventuell Jahresversammlung) folgen rechtzeitig weitere Informationen über die Durchführung. Kontaktgruppen: Nelly Falk (Düdingen), 026 493 14 19. Andrea Zullo (Freiburg), 079 554 07 16 oder section.fribourg@sbv-fsa.ch. Jean-Louis Uldry (Romont), 026 652 40 00. Beatrice Imoberdorf (Murten), 026 670 85 85. Françoise Déglon (Wandergruppe), 079 247 54 21 oder francoise.deglon@bluewin.ch. Christophe Rollinet (Tandemgruppe), 079 253 30 68 oder christopherollinet@bluewin.ch. Für alle weiteren Fragen kann man sich an den Präsidenten, Andrea Zullo, oder an die betreffenden Verantwortlichen wenden (Kontakte siehe oben). Aktuelle Infos auf VoiceNet, Rubrik 1 4 1 2, und auf www.sbv-fsa.ch/sektionen/freiburg

#### Sektion Genf

Liebe Mitglieder, angesichts der Ungewissheit über die Zugänglichkeit öffentlicher Orte hat der Sektionsvorstand beschlossen, die nächsten möglichen Aktivitäten per Rundschreiben anzukündigen. Themenabende und Weihnachtsessen sind geplant, und die Mitglieder werden so bald wie möglich benachrichtigt. Kontakt: Laurent Castioni, 079 573 85 65 oder lolo.castioni@bluewin.ch. VoiceNet: Rubrik,1 4 1, www.fsa-geneve.ch

#### Sektion Graubünden

26.09. GV im «VaBene» Chur

30.09. «anderssehen»-Treff

10.10. Wandervögel

28.10. «anderssehen»-Treff: Besprechung Programm

28.11. Chlaushöck

Liebe Mitglieder, eine zuverlässige Planung ist derzeit schwierig und unterliegt weiterhin den kantonalen sowie nationalen Weisungen. Aus aktuellem Grund bitte auf die Mails achten oder Informationen auf VoiceNet, Rubriken 1 5 1 1 und 1 5 1 2, und auf unserer Website beachten. Infos zur Anmeldung: siehe Sektionsnachrichten. Kontakt: sektion.gr@sbv-fsa.ch oder 079 442 19 67. Anmeldung «anderssehen»-Treff: 078 704 72 24 oder kontakt@anderssehen.ch. Wandervögel-Informationen: rund 2 Wochen vor dem Termin per Mail oder www.anderssehen.ch

#### Sektion Jura

Liebe Mitglieder, aufgrund der Corona-Pandemie mit zuletzt wieder steigenden Fall-Zahlen hat sich der Sektionsvorstand schweren Herzens dazu entschlossen, vorerst alle in diesem Jahr geplanten Veranstaltungen abzusagen. Weitere Informationen folgen, sobald sich die Situation entspannt hat. Kontakt: Valérie Froidevaux, 079 461 11 50 oder valeriefr@bluewin.ch. VoiceNet, Rubrik 1 5 1, www.fsa-jura.ch

#### Sektion Neuenburg

Liebe Mitglieder, angesichts der Ungewissheit, ob die Pandemie verstärkt ausbrechen wird oder nicht, hat der Sektionsvorstand beschlossen, alle Aktivitäten bis auf Weiteres auszusetzen. Hoffentlich wird es möglich sein, sich spätestens zum traditionellen Weihnachtsessen treffen zu können. Ein Rundschreiben dazu folgt. Kontakt: Patrick Mercet, 032 544 47 87 oder mercet.patrick@gmail.com. VoiceNet, Rubrik 1 6 1, www.sbv-fsa.ch/fr/sections/neuchatel

#### Sektion Nordwestschweiz

03.10. Wanderung mit Erika Hammel

31.10. Wanderung mit Barbara Böttinger

14.11. Familienabend im «L’Esprit» Basel

28.11. Wanderung mit Vreni und Peter Geiger

19.12. Winterbummel mit Ruth und Otto Meister

Liebe Mitglieder, aufgrund der anhaltenden Unsicherheit im Zeichen der Covid-19-Pandemie sind dies provisorische Veranstaltungsdaten. Unser Stammtisch fällt überdies vorläufig aus. Über die definitive Durchführung unserer geplanten übrigen Veranstaltungen orientieren Sie monatlich die VoiceNet-Rubriken 1 6 1 und 1 6 2. Bitte beachten Sie auch die Mails von Ruth und Otto Meister sowie von Josef Camenzind. www.sbv-fsa.ch/sektionen/nordwestschweiz

#### Sektion Ostschweiz

19.09. Herbstanlass: Erlebnisbesuch bei A. Vogel Roggwil TG

04.10. Wanderung: neue Hängebrücke

28.11. Adventsfeier im KBZ St. Gallen

Vorbehalten bleiben eventuelle Änderungen aufgrund von Covid-19-Weisungen des BAG. VoiceNet: Rubrik 1 7 2 1, auch weitere Infos zu Wanderungen (jeweils ohne Anmeldung) 14 Tage im Voraus. www.sbv-fsa.ch/sektionen/ostschweiz

#### Sektion Waadt

Liebe Mitglieder, aufgrund der anhaltenden Corona-Krise hat der Sektionsvorstand alle Aktivitäten bis zum 31. Oktober 2020 annulliert. Genauere Informationen zum Tag des Weissen Stocks am 15. Oktober in Lausanne folgen. Danach sind vorerst folgende Aktivitäten geplant:

02.11. Wanderung mit Raclette in Moudon

20.11. Themenabend in Epalinges

05.12. Weihnachtsessen

VoiceNet: Rubrik 1 8 1, www.fsa-vaud.ch

#### Sektion Wallis

07.10. Thermalbad Lavey-les-Bains

15.10. Tag des Weissen Stocks mit Präsenz am Kastanienfest Fully (17./18.10.)

28.10. Kaffeetreff Monthey

07.11. Musée du Son Martigny

18.11. Kaffeetreff St-Maurice

05.12. Weihnachtsessen

Prov. 4-tägiger Ausflug Weihnachtsmarkt im Tirol (mit Anmeldung)

Die Veranstaltungen werden unter Berücksichtigung der nationalen und kantonalen Vorgaben und Schutzmassnahmen soweit möglich durchgeführt. Kontakt: Pierre-André Perrin, 079 754 91 39 oder perpin@gmail.com. VoiceNet, Rubrik 1 7 1, www.fsa-valais.ch

#### Sektion Zentralschweiz

25./26.09. 2-Tage-Herbstwanderung

03.10. Walderlebnistag mit dem Lions Club Luzern-Habsburg

15.10. Tag des Weissen Stocks

21.10. Themenspaziergang

01.12. Chlaushöck (Ort: geheim)

13.12. Einkehrtag im Kloster St. Otmarsberg Uznach

Änderungen sind aufgrund von Covid-19-Bestimmungen jederzeit möglich. Kontakt: rolf.v.wartburg@bluewin.ch oder 079 464 75 72. Aktuelle Informationen auf VoiceNet, Rubrik 1 8 1, und auf sbv-fsa.ch/sektionen/zentralschweiz

#### Sektion Zürich-Schaffhausen

15.10. Tag des Weissen Stocks

07.11. Herbstanlass

11.12. Weihnachtskonzert

Samstags-Lunch im «Stella del Centro» Uster, 10.30 Uhr: 26.09., 31.10., 28.11. Anmeldung: Urs Lüscher, 044 940 93 10 oder sektion.zh@sbv-fsa.ch. Wandergruppe Soleblitz: 19.09., 24.10., 21.11., 12.12. Anmeldung: Urs & Iris Riediker, 044 321 78 86. Kontaktgruppe Zürich-Enge, Kirchgemeindehaus Enge: 29.09., 27.10., 24.11. Spielgruppe, Ausstellungsstrasse 36, 8005 Zürich, 13.30 bis 16 Uhr: 20.10., 24.11., 15.12. Kontakt: Ingrid Krizaj, 044 813 25 53. Im Zusammenhang mit allgemeinen Fragen zu Durchführung und zu Massnahmen bitte unser Sekretariat kontaktieren: 044 940 93 10 oder sektion.zh@sbv-fsa.ch. Aktuelle Informationen auf VoiceNet, Rubrik 1 9 3 und auf www.sbv-fsa.ch/sektionen/zuerich-schaffhausen

# SBV-Intern

### TWS 2020

## Fahrzeuglenkenden blindlings vertrauen können

Michael Gehrken, Präsident Schweizerischer Fahrlehrerverband

Blinde und Sehbehinderte sollen sich im öffentlichen Raum, insbesondere auch im Strassenverkehr, sicher bewegen können. Deshalb muss das Thema auch Bestandteil der Fahrausbildung sein – zum Beispiel im Verkehrskunde-Unterricht, der aktuell neu aufgegleist wird. Ein Beitrag zum diesjährigen Tag des Weissen Stocks.

Die rechtlichen Bestimmungen gemäss Verkehrsregelnverordnung (VRV, Art. 6, Abs. 4) sind unmissverständlich: «Unbegleiteten Blinden ist der Vortritt stets zu gewähren, wenn sie durch Hochhalten des weissen Stockes anzeigen, dass sie die Fahrbahn überqueren wollen.» Die Praxis sieht leider anders aus, wie sich im Strassenverkehrsalltag zeigt: Automobilisten geben etwa bei einem Zebrastreifen wartenden Betroffenen ein Handzeichen oder sehen sich zu hupen veranlasst. Im Extremfall wird die Vortrittsregelung sogar missachtet. Dabei wären gerade Menschen mit einer Sehbehinderung im Strassenverkehr darauf angewiesen, dass sie den anderen Verkehrsteilnehmenden buchstäblich blindlings vertrauen können. Zumal politisch gewünschte und gesellschaftlich gewollte Entwicklungen der Integration blinder und sehbehinderter Menschen in den Strassenverkehr ihnen keineswegs nur entgegenkommen: Annähernd lautlose Fahrzeuge wie Elektro-Autos, -Bikes oder -Trottinetts mögen umweltpolitisch sinnvoll sein, stellen für Betroffene aber auch eine nicht zu unterschätzende Gefahr dar, weil sie kaum wahrnehmbar sind und im Getöse des Stadtverkehrs oftmals untergehen.

#### Unabdingbare Aufmerksamkeit

Der SBV und der Schweizerische Fahrlehrerverband (SFV) haben sich aufgrund der Wissensdefizite wie auch aufgrund der sich ändernden Herausforderungen jüngst zusammengesetzt. Denn: Die Thematik soll vermehrt praxisnah in die Fahrausbildung einfliessen. Zwar sehen die noch gültigen Weisungen hinsichtlich Verkehrskunde-Unterricht (VKU) unter dem Stichwort «hilfsbedürftige Partner» vor, dass das Verhalten im Strassenverkehr gegenüber blinden und sehbehinderten Menschen thematisiert werden müsste. Bruno Schlegel, Präsident der SFV-Kommission Auto, gibt indes unumwunden zu, dass aufgrund der nur knapp zur Verfügung stehenden Zeit wohl meistens nur sehr kurz auf Menschen mit Handicap eingegangen werde: «Wenn die Fahrlehrer nicht selbst schon Kontakt mit Betroffenen hatten, wird dieses Thema maximal am Rande angeschnitten.»

Eine Wendung zum Besseren ist anvisiert. Mit der aktuell laufenden Revision der Weisungen betreffend VKU soll dieser Thematik künftig mehr Beachtung geschenkt werden – unerlässlich ist eine umfassende Schulung. Zumal es für blinde und sehbehinderte Menschen zwingend notwendig ist, dass sich Fahrzeuglenkende im Wissen um geltende Vorschriften gegenüber Betroffenen im Strassenverkehr aufmerksam und korrekt verhalten.

#### Bildbeschreibung

Ein in den Text integriertes Bild zeigt Daniela Moser, Mitarbeiterin Interessenvertretung, am Trottoir-Rand mit hochgehaltenem Langstock. Im Hintergrund sind parkierte und sich auf der Strasse nähernde Autos zu sehen. Ohne Legende. Foto: SBV

## Leserwettbewerb

Machen Sie mit beim Leserwettbewerb und gewinnen Sie eine von drei Smartphone-Tastaturen «help2type» im Wert von je 288.00 Franken (inkl. Schutzhülle), gestiftet vom Swiss Alps Cyber Lions Club. Die Antwort auf die Wettbewerbsfrage finden Sie in einem der Beiträge dieser Ausgabe.

Viel Glück!

#### Wettbewerbsfrage:

Seit wann haben die Betroffenen Einsitz in den Ethik-Kommissionen der Forschung genommen?

#### Antworten:

E-Mail: redaktion@sbv-fsa.ch

Post: Schweizerischer Blinden-und Sehbehindertenverband SBV, Redaktion «der Weg», Könizstrasse 23, Postfach, 3001 Bern

VoiceNet: 031 390 88 88, Rubrik 2 5 1 1

Unerlässlich sind Angaben zu Ihrer Person: Vorname/Name und Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse.

#### Teilnahmeschluss:

5. Oktober 2020 (Datum der Nachricht per VoiceNet, E-Mail bzw. Poststempel)

#### Service-Information

CHARITY

Smart Communication

Schreiben mit dem Smartphone

Help2type ist eine Erleichterung für sehbehinderte Menschen. Der Swiss Alps Cyber Lions Club freut sich, mit dem Sponsoring von 3 «help2type»-Tastaturen den Leserwettbewerb zu unterstützen.

Swiss Alps Cyber Lions Club

Swiss-alps-cyber.lionsclub.ch

Integriert ist das Logo des Swiss Alps Cyber Lions Club.

# Inserate

#### Orcam

Orcam, Ihre Brille kann lesen, verbesserte Version!

Lassen Sie sich von Ihrer Brille Texte vorlesen, das Gesicht Ihres Gegenübers, Produkte, Banknoten und Farben erkennen!

Zeigen Sie einfach mit Ihrem Finger auf gedruckten Text in Zeitungen, Zeitschriften, Büchern, auf Speisekarten, Beschriftungen auf Produkten, Bezeichnungen auf Strassenschildern usw.

OrCam MyEye spricht Ihnen den Text über einen kleinen Lautsprecher direkt ins Ohr.

OrCam MyEye ist eine kleine Kamera, die am Bügel einer Brille befestigt werden kann.

OrCam MyEye ist neu in Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch erhältlich.

Testen Sie OrCam MyEye in Ihrer Beratungsstelle, bei Accesstech oder in einer der Filialen der Stiftung AccessAbility.

Informieren Sie sich:

Luzern: 041 552 14 52

St. Gallen: 071 552 14 52

Bern: 031 552 14 52

Neuchâtel 032 552 14 52

[www.accessability.ch](http://www.accessability.ch), info@accessability.ch

#### SZBlind

**Eile mit Weile – das beliebte Brettspiel neu produziert**

• Kontrastreich & taktil

• Magnetspielfiguren (kein Verrutschen mehr möglich)

• Hochwertige Materialien (Holzspielfiguren, taktile Klebefolie, robustes Spielbrett)

Preis: CHF 45.00

Artikelnummer: 10.112

Bestellung unter 062 888 28 70

oder per E-Mail: hilfsmittel@szblind.ch

SZBLIND

Schweizerischer Zentralverein für das Blindenwesen

#### SBV

**«Das Echte bleibt der Nachwelt unverloren.» (Goethe)**

Ihr Legat oder Ihre Trauerspende wirken weiter: Sie helfen damit, das Schicksal von blinden und sehbehinderten Menschen zu erleichtern.

Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband, Könizstrasse 23, Postfach, 3001 Bern, 031 390 88 00 | spenderdienst@sbv-fsa.ch | sbv-fsa.ch, Spendenkonto 30-2887-6

#### Stiftung AccessAbility

Gemeinnützige Stiftung für Sehbehinderte und Blinde

Sie stehen als Betroffene, als Betroffener für uns im Zentrum.

Wir sind Ihre herstellerunabhängige Beratungsstelle für EDV- und elek-tronische Hilfsmittel und testen für Sie Produkte der Zukunft.

Compact 10 HD Speech – und es klappt mit dem Vorlesen!

Die aufklappbare Kamera ermöglicht ein einfaches Erfassen eines Dokuments im A4-Format und sorgt somit für ein qualitativ einzigartiges Vorlese-Resultat. Auch Handnotizen tätigen und Objekte betrachten ermöglicht Ihnen das neue 10-Zoll-Bildschirmlesegerät von Optelec.

Testen Sie die Zukunft schon heute in einer der Filialen der Stiftung AccesAbility.

Informieren Sie sich bei:

Luzern: 041 552 14 52

St. Gallen: 071 552 14 52

Bern: 031 552 14 52

Neuchâtel: 032 552 14 52

[www.accessability.ch](http://www.accessability.ch), info@accessability.ch