



**„Ich brauchte ein Jahr,
um die Diagnose zu verarbeiten.
Ich war oft traurig.“**

Marianne Gilgen (68) mit ihrem Hund Zeus



SBV

Schweizerischer Blinden-
und Sehbehindertenverband

P.P. 3001 Bern

Post CH AG

Frau

Simone Muster

Musterbezeichnung

Postfach

Musterstrasse 34

9527 Niederhelfenschwil



Bern, 9. Mai 2023

Liebe Frau Muster

In Finsternis versinken – das klingt furchtbar und ist es auch. Dieser Vorstellung müssen sich Menschen oft stellen, wenn bei ihnen eine Makuladegeneration diagnostiziert wird. Auch Marianne Gilgen ging es so. „Ich brauchte ein Jahr, um die Diagnose zu verarbeiten“, sagt die ehemalige kaufmännische Angestellte.

Das ist nicht untypisch. Denn mit der äusseren Dunkelheit breitet sich häufig auch ein **düsteres Gefühl im Inneren der Betroffenen aus: Hoffnungslosigkeit.**

Während die Medizin der Erblindung leider oft machtlos gegenübersteht, gibt es **Mittel und Wege, die Hoffnungslosigkeit zu bannen.** Das ist der Grund, weshalb der Schweizerische Blinden- und Sehbehindertenverband SBV neben Low-Vision-Beratung, Job-Coachings und Blindenschriftkursen auch Sport, Yoga und Kreativ-Workshops anbietet.

Denn man kann dieses Schicksal nicht allein meistern. Es ist wichtig, aktiv zu bleiben und Gleichgesinnte zu treffen. Betroffene dürfen nicht versinken, sondern müssen neue Perspektiven entwickeln. Marianne Gilgen ist das gelungen: „Eines Morgens stand ich vor dem Spiegel und sagte mir: Marianne, jetzt ist genug. Du musst vorwärtsschauen!“

Heute nimmt sie jeden Montagnachmittag an einem SBV-Pilateskurs teil. Die Kursleiterin dort weiss, dass sie den Teilnehmenden ihre Anweisungen nicht einfach nur zeigen kann. Mit sanften Berührungen sorgt sie dafür, dass alle die Übungen korrekt durchführen können. So erreichen sie **gemeinsam ein neues Gleichgewicht – äusserlich und innerlich.**

Ich danke Ihnen persönlich dafür, dass Sie diese Arbeit gegen Hoffnungslosigkeit mit einer grosszügigen Spende unterstützen, auch heute. Das ist wunderbar.

Ganz herzliche Grüsse

Roland Studer, Präsident SBV

PS: Die Angebote des SBV ermöglichen Blinden und Sehbehinderten ein selbstständigeres Leben. Vielen Dank, dass Sie diese Arbeit des SBV „gegen das Versinken“ mit Ihrer Spende unterstützen!

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH50 3000 0003 8000 0890 0
Schweizerischer Blinden- und
Sehbehindertenverband SBV
3001 Bern

Referenz
00 00009 00235 78201 00895 60008

Zahlbar durch
Simon Muster
Musterstrasse 1
8000 Seldwyla

Währung Betrag
CHF

Annahmestelle

Zahlteil



Währung Betrag
CHF

Konto / Zahlbar an
CH50 3000 0003 8000 0890 0
Schweizerischer Blinden- und
Sehbehindertenverband SBV
3001 Bern

Referenz
00 00009 00235 78201 00895 60008

Zahlbar durch
Simon Muster
Musterstrasse 1
8000 Seldwyla



SBV

Schweizerischer Blinden-
und Sehbehindertenverband

**Ihre Spende sorgt dafür, dass blinde
und sehbehinderte Menschen
ihr Schicksal nicht allein meistern
müssen.**

Ganz herzlichen Dank!

Diverse Angebote und die speziellen Kurse des SBV verhelfen
blinden und sehbehinderten Menschen zu innerem und usse-
rem Gleichgewicht, verhindern Einsamkeit und vermitteln ganz
praktische Fähigkeiten wie Kochen oder Blindenschrift lesen.



Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH50 3000 0003 8000 0890 0
Schweizerischer Blinden- und
Sehbehindertenverband SBV
3001 Bern

Referenz
00 00009 00235 78201 00895 60008

Zahlbar durch
Simon Muster
Musterstrasse 1
8000 Seldwyla

Währung Betrag
CHF 50.00

Annahmestelle

Zahlteil



Währung Betrag
CHF 50.00

Konto / Zahlbar an
CH50 3000 0003 8000 0890 0
Schweizerischer Blinden- und
Sehbehindertenverband SBV
3001 Bern

Referenz
00 00009 00235 78201 00895 60008

Zahlbar durch
Simon Muster
Musterstrasse 1
8000 Seldwyla



SBV

Schweizerischer Blinden-
und Sehbehindertenverband

Generalsekretariat

Könizstrasse 23, Postfach, 3001 Bern

031 390 88 00

spenderdienst@sbv-fsa.ch

sbv-fsa.ch



Ihre Spende in guten Händen.

Die Stiftung Zewo (Schweizerische Zertifizierungsstelle für gemeinnützige Spenden sammelnde Organisationen) verleiht das Gütesiegel an Institutionen, die

- ihre Spendengelder zweckbestimmt, wirksam und wirtschaftlich einsetzen,
- Lauterkeit in der Mittelbeschaffung und in der Kommunikation nach innen und aussen wahren,
- Transparenz hinsichtlich ihrer Tätigkeit sowie ihrer Rechnungslegung aufweisen.

Herzlichen Dank für Ihre Spende!

Mit Ihrer Spende unterstützen Sie Angebote des SBV, die aus gesetzlichen Gründen vom Bundesamt für Sozialversicherungen nicht subventioniert werden können, jedoch für blinde und sehbehinderte Menschen wichtig sind. Ganz herzlichen Dank!

Im Januar des nächsten Jahres erhalten Sie eine **Spendenbestätigung** als Beleg für die entsprechenden Abzüge in Ihrer Steuererklärung. Übrigens: Spenden sind gemäss Steuerexperten die am häufigsten vergessenen Abzüge. Die Spendenbestätigung des SBV wird Sie rechtzeitig daran erinnern und erspart Ihnen das Suchen der einzelnen Belege.