



«Alleine hätte ich
nicht mehr
weitergemusst!>>

AZB 8050 Zürich Post CH AG

An unsere Spenderinnen und Spender

Zürich, im August 2019

Liebe Spenderin, lieber Spender

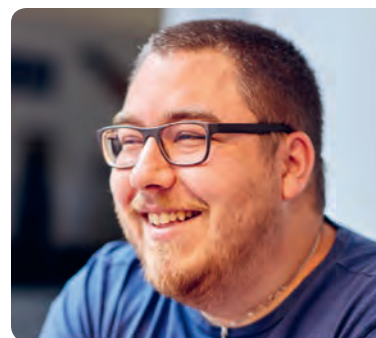
Patrick Helbling hat schon seit vielen Jahren eine **schwere Sehbehinderung**. Sie wurde ausgelöst durch eine Stäbchen-Zapfen-Dystrophie, eine Erkrankung der Rezeptoren der Netzhaut. Lange wollte er es sich nicht eingestehen und wollte keine Hilfe, sondern ganz einfach normal leben.

Erst als er länger arbeitslos war, stürzte ihn dies in eine Krise. Er erkannte, dass er Hilfe brauchte und allein nicht mehr weiterkam. Das war vor sieben Jahren. Heute studiert der mittlerweile 34-jährige Patrick Helbling Sozialarbeit an einer Fachhochschule in Olten.

Unterstützt wird er dabei vom Sozialarbeiter Walter Kaufmann und der Low Vision-Expertin unserer Beratungsstelle SICHTBAR LINTH Daniela Hennig sowie seinen Eltern und Studienkollegen.

Elektronische Hilfsmittel ermöglichen ein fast normales Studium.

Dank vielfältiger Hilfsmittel kann Patrick Helbling problemlos am Unterricht teilnehmen. Was er nicht mehr lesen kann, lässt er sich vom Computer vorlesen. «Ich bin ein ganz normaler Student», sagt er mit leicht verschmitztem Lächeln. Und das wollte er doch immer, ganz normal leben.



Ihre Spende sorgt dafür, dass Menschen mit einer Sehbehinderung nicht ausgegrenzt werden und ihr Leben leben können.

Ihr
O. Bachmann

Oswald Bachmann
Präsident Schweizerischer Blindenbund

P.S.: Die umfassende Beratung durch den Schweizerischen Blindenbund ist nur dank Ihrer Spende möglich.



Ihre Spende wirkt!

Denn sie ermöglicht konkrete Leistungen für Blinde und Sehbehinderte.

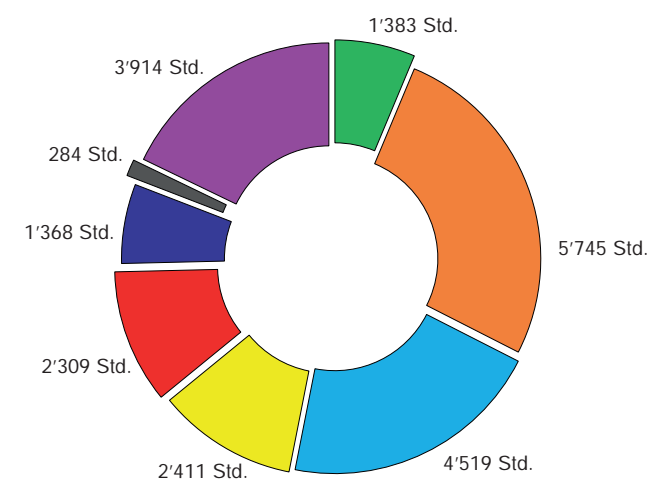
Mehr als 1'700 Menschen haben alleine im vergangenen Jahr unser vielseitiges Angebot an Beratung und Betreuung in Anspruch genommen. Das ist mehr als jemals zuvor in der Geschichte unserer Selbsthilfeorganisation. Gerne informieren wir unsere Spenderinnen und Spender näher über unsere Dienstleistungen, die sie mit ihrer grosszügigen Unterstützung so entscheidend mitermöglichen.

Blinde und sehbehinderte Menschen haben zwar gemeinsam, dass sie von einer Sehbefähigung betroffen sind. Jedoch gibt es zwischen ihnen ganz erhebliche Unterschiede, was ihre Bedürfnisse, Ziele und Möglichkeiten anbelangt, ein weitgehend selbständiges Leben zu führen. Deshalb ist auch unser Angebot an Dienstleistungen sehr breit gefächert. Seien es Fragen zur Wohnsituation oder zu Versicherungsleistungen, die Auswahl geeigneter Hilfsmittel oder das sichere Fortbewegen draussen auf der Strasse: Insgesamt haben unsere Fachpersonen im vergangenen Jahr knapp 22'000 Arbeitsstunden im Bereich der individuellen Beratung und Betreuung geleistet.

Neben der Arbeit mit einzelnen Menschen engagieren wir uns auch auf gesellschaftlicher Ebene für die selbstverständliche Teilhabe von Betroffenen am sozialen Miteinander. Die sogenannten „Leistungen zur Unterstützung und Förderung der Eingliederung Betroffener“ (LUFEB) beinhalten u.a. die fachspezifische Beratung von öffentlichen Bauprojekten, damit diese behindertengerecht realisiert werden. Auch gehört die Sensibilisierung von Firmen, Behörden, sozialen Einrichtungen und der allgemeinen Öffentlichkeit zu den wichtigsten Aufgaben. In diesem Bereich der „indirekten Leistungen“ sind im vergangenen Jahr insgesamt 4'254 Stunden aufgewendet worden.

All unsere Dienstleistungen sind für Betroffene sowie deren Angehörige kostenlos. Man muss dafür auch nicht Mitglied sein. Ermöglicht wird dies in ganz erheblichem Ausmass durch die grosszügige Unterstützung durch unsere Spenderinnen und Spender. Ihnen gebührt unser herzlichster Dank.

Beratung und Betreuung



- Kurzberatung: 1'383 Stunden
- Soziale Arbeit und Inklusion: 5'745 Stunden
- Low Vision: 4'519 Stunden
- Orientierung und Mobilität: 2'411 Stunden
- Lebenspraktische Fähigkeiten: 2'309 Stunden
- EDV-Beratung: 1'368 Stunden
- Hilfsmittel: 284 Stunden
- Kurse (inkl. Kursleiter): 3'914 Stunden



Dienstleistungen, die die Lebensqualität verbessern



Orientierungs- und Mobilitätsschulung

Die Grundsicherung in der Handhabung des weissen Stockes und die Orientierung in Gebäuden und im Strassenverkehr stehen im Mittelpunkt. Die sichere Fortbewegung steigert das Selbstbewusstsein und die Lebensqualität wesentlich.

Lebenspraktische Fähigkeiten

Hier werden Kommunikationsfertigkeiten, Haushaltsführung, Essensfertigkeiten, Körperpflege und Ordnungssysteme geschult.

Low Vision-Beratung

Abklärung des verbliebenen Sehvermögens und Hilfe bei dessen optimaler Nutzung mit optischen Hilfsmitteln.

Soziale Arbeit und Inklusion

Unterstützung und Beratung in Fragen zur persönlichen Situation und der Bedürfnisse. Vermittlung von Informationen zum Angebot der Reha-Fachpersonen mit dem Ziel einer möglichst selbstbestimmten Lebensführung.

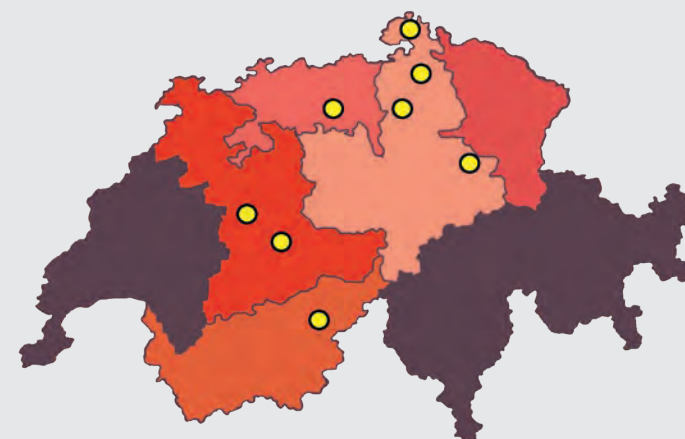
EDV-Beratung

Fachpersonen helfen bei der Auswahl und Installation behindertengerechter EDV-Geräte und üben deren Anwendung im konkreten Einsatz.

Kurse

Angebote speziell für Sehbehinderte und Blinde wie z.B. Kreativkurse, Bewegungskurse, Wanderwochen oder Kurse, die helfen, die Selbständigkeit im Alltag zu fördern.

Der Schweizerische Blindenbund in Ihrer Nähe



5 Regionalgruppen

Um Kontakte zu pflegen und gegenseitige Unterstützung zu fördern, finden regelmässig kulturelle und gesellige Veranstaltungen im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe statt.

8 Beratungsstellen

Hier sind spezialisierte Fachpersonen beschäftigt, die Ratsuchenden mit auf Sehbehinderte und Blinde abgestimmten Beratungs- und Betreuungsangeboten kostenlos zur Seite stehen. Unsere Beratungsstellen (siehe Karte) sind in:

Aarau, Bern (Kurse), Brig, Schaffhausen, Thun, Uznach, Winterthur und Zürich.

Impressum: Verlag und Redaktion:
Schweizerischer Blindenbund, Friedackerstrasse 8, Postfach, 8050 Zürich.
Tel. 044 317 90 00, Fax 044 317 90 01, www.blind.ch, info@blind.ch.
Porträt, Ausgabe 3/2019, August 2019, erscheint 4 mal im Jahr. Fotos: Reto Schlatter, SBB.
Produktion: Prowema GmbH, Pfäffikon. Abo: 5 Fr. pro Jahr ist in Ihrer Spende inbegriffen.
Spendenkonto PC 80-11151-1.



SMS-Spende
z.B. 20 Franken:
Blind20 an Nr. 488



Ihre Spende
in guten Händen.

Porträt

Die Zeitschrift des Schweizerischen Blindenbundes | Ausgabe 3/2019



«Dank dem Schweizerischen Blindenbund kann ich ganz normal studieren!»

Patrick Helbling, stark sehbehindert

THEMEN

- Sehbehindert bereits im jugendlichen Alter.
- Was Ihre Spende alles ermöglicht.
- Wir sind in Ihrer Nähe!

Schweizerischer Blindenbund
Selbsthilfe blinder und sehbehinderter Menschen



GEMEINSAM NACH VORNE SEHEN.

Neustart nach Zusammenbruch

Patrick Helbling ist ein Optimist und jemand, der sich den Kopf nicht über die Zukunft zerbricht. Diese gesunde Lebenshaltung ermöglichte es ihm, sich jahrelang, wie er es selbst sagt, durchzuschlängeln, obwohl seine Sehkraft bedrohlich abnahm. Irgendwann häuften sich die dadurch verursachten Probleme aber so sehr, dass er nicht mehr weiterwusste. Nun brauchte er Hilfe, und die fand er unter anderem beim Schweizerischen Blindenbund.

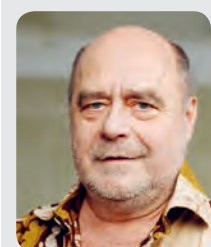
Liebe Leserin, lieber Leser

Geschichten wie diejenige von Patrick Helbling erleben wir ziemlich häufig in unserer Beratungstätigkeit. Eine Sehbehinderung, die von Geburt an besteht und sich schleichend verschlimmert, wird so lange wie möglich verdrängt. Das geht oft viele Jahre gut, verhindert aber manchmal, dass sich die Betroffenen rechtzeitig Hilfe suchen.

Auch Patrick Helbling ist stark sehbehindert und schaffte es bewundernswert lange, ohne jede fremde Hilfe sein Leben zu meistern. Erst als gar nichts mehr ging, er arbeitslos wurde und keine neue Stelle fand, konnte und musste er Hilfe annehmen.

Seit sechs Jahren begleiten ihn nun unser Sozialarbeiter Walter Kaufmann und die Low Vision-Expertin Daniela Hennig. Auch dank der perfekt auf ihn abgestimmten Sehhilfen und der engmaschigen Begleitung absolviert Patrick Helbling sein Studium der Sozialarbeit erfolgreich und ist mit seinem Leben rundum zufrieden. Ihre Spende ermöglicht diese Unterstützung.

Herzlichst, Ihr



Oswald Bachmann, Präsident Schweizerischer Blindenbund



Low Vision-Expertin Daniela Hennig passt die PC-Brille mit Blendschutz an.

Sehbehindert von Geburt an

Patrick Helbling litt wahrscheinlich bereits bei seiner Geburt an einer Krankheit, die seine Sehfähigkeit stark beeinträchtigte. Schon als Kind benötigte er eine Brille, aber ansonsten verliefen die ersten Schuljahre zunächst normal. Im Alter von ca. elf Jahren erhielt er dann die Diagnose und hörte zum ersten Mal, dass er unter einer Stäbchen-Zapfen-Dystrophie leidet, also unter einer Erkrankung der Rezeptoren der Netzhaut. Sie kann bis zur völligen Erblindung führen, muss aber nicht.

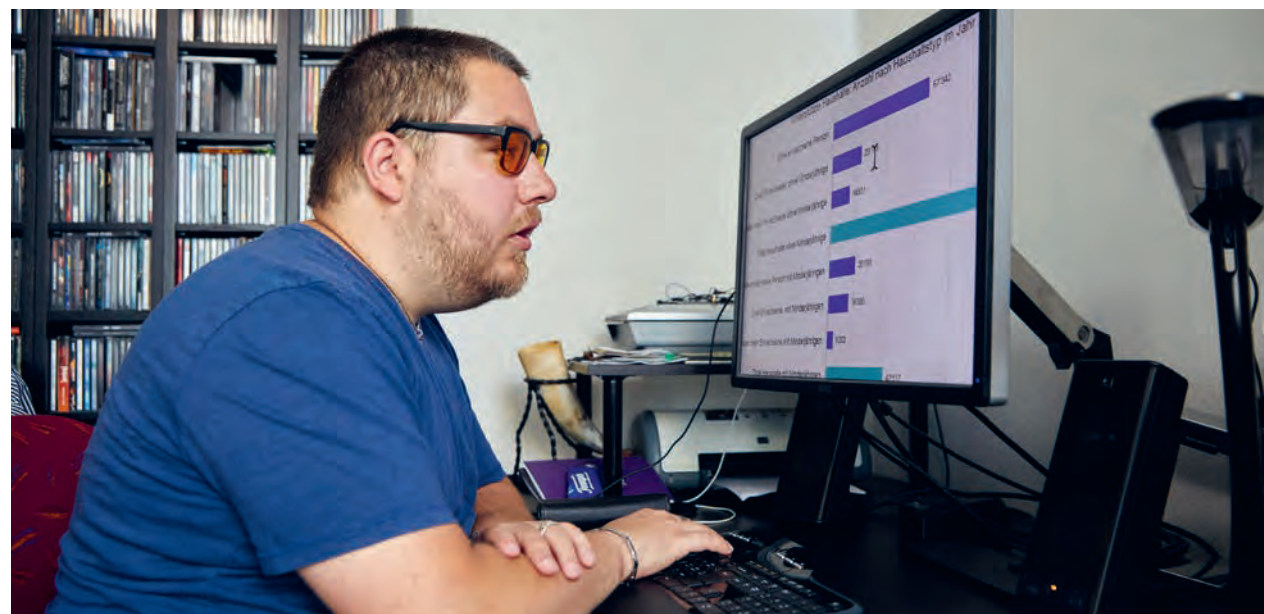
Patrick Helbling erinnert sich nicht mehr daran, welchen Eindruck diese Diagnose damals auf ihn machte. Der heute 34-Jährige versuchte konsequent so weiterzuleben, als wenn nichts wäre und er ignorierte seine zunehmende Sehbeeinträchtigung hartnäckig. An seiner letzten regulären Arbeitsstelle vor acht Jahren, als Rayonleiter in einer Molkerei, holte ihn die Krankheit dann ein. Er putzte zum Beispiel nicht mehr gründlich genug und konnte trotz

starker Brille die Ablaufdaten auf den Lebensmitteln nicht mehr richtig lesen.

«Mein Leben an die Wand gefahren»

Die Probleme mit dem Chef häuften sich, Patrick Helbling wollte sich nicht eingestehen und anderen gegenüber nicht zugeben, dass er wirklich nicht mehr gut sah. Die Kollegen halfen so gut es ging, doch schliesslich verlor er seine Stelle und wurde arbeitslos. Er schickte Bewerbung um Bewerbung, aber kein Geschäft wollte den gelernten Verkäufer einstellen. «Dann kam es zum grossen Knall, ich hatte mein Leben regelrecht an die Wand gefahren», erzählt Patrick Helbling und man spürt, wie unangenehm ihm die Erinnerung an diese schlimme Zeit ist.

Viel lieber erzählt er von seinem heutigen Leben und wie es dazu kam. Nach seinem Zusammenbruch landete Patrick Helbling über die IV beim Schweizerischen Blindenbund. Das war vor sieben Jahren.



Mit dem Programm «Zoom-Text» kann Patrick Helbling sich Texte auf dem Computer stark vergrössern oder vorlesen lassen.

Und heute sagt Patrick Helbling auf die Frage, wie sein Leben mit der starken Sehbehinderung aussehe, mit einem kleinen spitzbübischen Lachen: «Eigentlich ganz normal» – und das, obwohl seine Sehkraft auf beiden Augen nur zwei Prozent beträgt.

Umfassende Beratung vom Schweizerischen Blindenbund

Patrick Helbling studiert im sechsten Semester Sozialarbeit in Olten und Muttenz. Walter Kaufmann, Sozialarbeiter beim Schweizerischen

Blindenbund, unterstützte diesen Wunsch und half ihm, die passende Fachhochschule zu finden und die nötigen Voraussetzungen zu schaffen, damit Patrick Helbling trotz seiner starken Sehbehinderung das Studium absolvieren kann.

Das Lernmaterial erhält er auf elektronischem Weg. So kann er es entweder auf seinem Notebook mit dem Programm Zoom-Text stark vergrössert lesen oder sich vorlesen lassen. Auch das iPad leistet nützliche Dienste, denn damit lassen sich die Texte ebenfalls stark vergrössern.

Sehhilfen immer wieder neu anpassen

Daniela Hennig, erfahrene Low Vision-Beraterin beim Schweizerischen Blindenbund, riet zusätzlich zu verschiedenen Filterbrillen für den Blendschutz und zum besseren Erkennen der Kontraste. Die wenigen Unterlagen auf Papier, die Patrick Helbling für sein Studium benötigt, lässt er von einer Kamera vergrössern, die mit seinem Notebook verbunden ist. Die Lupenbrille, die er anfangs noch benutzte, ist nun bereits zu schwach.



Das Lesesystem mit externer Kamera kommt bei Schriftstücken auf Papier zum Einsatz.



Sozialarbeiter Walter Kaufmann bespricht mit Patrick Helbling sein Bewerbungsschreiben für ein Praktikum.



Mit oder ohne Blendschutz – Daniela Hennig probiert verschiedene Sehhilfen aus.



Den Kochlöffel schwingt der 34-Jährige aus Zeitgründen nur noch selten.

Seit 2012 ist Patrick Helbling mit den Fachpersonen des Schweizerischen Blindenbundes in regelmässigem Kontakt. «Patrick Helblings Sehbehinderung ist sehr komplex und vielfältig. Deshalb müssen wir die Sehhilfen immer wieder neu anpassen und schauen, welche davon ihn optimal unterstützen», sagt Daniela Hennig.

«Ich fühle mich als ganz normaler Student»

In seiner Freizeit praktiziert Patrick Helbling seit fünf Jahren Tai-Ji. Dort

findet er Ausgleich, Entspannung und körperliche Übung. In seinem Zimmer in der elterlichen Wohnung zeugen zahlreiche CDs von seiner Musik-Leidenschaft. Und manchmal greift er in der Küche auch zum Kochlöffel, denn in seinem früheren Leben hatte er eine Kochlehre begonnen und der Umgang mit Lebensmitteln bereitete ihm schon immer Freude.

Und so kommt es, dass Patrick Helbling, acht Jahre nach seinem Zusammenbruch und im sechsten Semester seines Studiums, sagen kann: «Ich fühle mich als

ganz normaler Student, ich habe Prüfungsstress wie alle und manchmal müssen mir liebe Kolleginnen und Kollegen helfen, wenn ich eine Grafik oder eine farbige Darstellung nicht so gut erkenne. Aber meine Sehbehinderung empfinde ich nicht als besonders einschränkend.» Jetzt muss er nur noch die nächste Hürde nehmen und einen Praktikumsplatz finden. Das erweist sich trotz aktiver Unterstützung durch Walter Kaufmann als ziemlich schwierig. Doch Patrick Helbling macht das, was er am besten kann: optimistisch bleiben.



Musik ist seine Welt.

Passende Hilfsmittel machen vieles möglich: Dafür benötigt der Schweizerische Blindenbund Ihre Spende!

Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta
Einzahlung für / Versement pour / Versamento per

Einzahlung Giro
Einzahlung für / Versement pour / Versamento per

Versement Virement

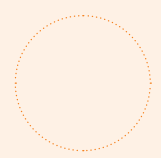
Versamento Girata

Schweiz. Blindenbund
Union suisse des aveugles
Unione svizzera dei ciechi
8050 Zürich



Schweiz. Blindenbund
Union suisse des aveugles
Unione svizzera dei ciechi
8050 Zürich

Keine Mitteilungen anbringen
Pas de communications
Non aggiungete comunicazioni



08.19/521.9280/rovema

Konto / Compte / Conto 01-21726-8
CHF

Grid for account number and amount

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

Konto / Compte / Conto 01-21726-8
CHF

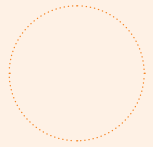
Grid for account number and amount

609

Referenz-Nr./N° de référence/N° di riferimento

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

442.06



Die Annahmestelle
L'office de dépôt
L'ufficio d'accettazione

Impressum: Verlag und Redaktion: Schweizerischer Blindenbund,
Friedackerstrasse 8, Postfach, 8050 Zürich

Ihre Spende ermöglicht professionelle Beratung
für sehbehinderte Menschen.

Liebe Spenderin, lieber Spender

Der Schweizerische Blindenbund hilft beim Verfassen eines Bewerbungsschreibens, beim korrekten Ausfüllen eines IV-Antrages oder bei der Anpassung der optimalen Sehhilfe. Diese Dienstleistungen sind nur dank Spenden von engagierten Menschen wie Ihnen möglich.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!



Dies ist ein Spendenvorschlag. Selbstverständlich ist jeder Beitrag eine wirkungsvolle Hilfe, für die wir sehr dankbar sind.

Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta
Einzahlung für / Versement pour / Versamento per

Einzahlung Giro
Einzahlung für / Versement pour / Versamento per

Versement Virement

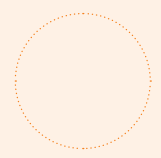
Versamento Girata

Schweiz. Blindenbund
Union suisse des aveugles
Unione svizzera dei ciechi
8050 Zürich



Schweiz. Blindenbund
Union suisse des aveugles
Unione svizzera dei ciechi
8050 Zürich

Keine Mitteilungen anbringen
Pas de communications
Non aggiungete comunicazioni



08.19/521.9280/rovema

Konto / Compte / Conto 01-21726-8
CHF

Grid for account number and amount (CHF 30.00)

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

Konto / Compte / Conto 01-21726-8
CHF

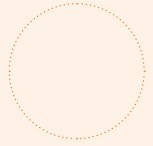
Grid for account number and amount (CHF 30.00)

609

Referenz-Nr./N° de référence/N° di riferimento

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

442.06



Die Annahmestelle
L'office de dépôt
L'ufficio d'accettazione