



Schweizerischer Zentralverein
für das Blindenwesen

Mehr Lebensqualität trotz Einschränkungen des Sehens und Hörens

Das neue Informationsportal [sehen-hoeren.ch](http://www.sehen-hoeren.ch) des SZBLIND bietet Tests und Hilfestellung bei Hör- und Sehverlust

St. Gallen, 29. April 2021. Reisen, ein Konzert geniessen, einem Gespräch in einer Gruppe folgen - all das wird beschwerlich, wenn man nicht mehr gut sehen und hören kann. Im Alter kommt es vor, das Sehen und Hören gleichzeitig abnehmen. Viel zu oft wird dieser gleichzeitige Seh- und Hörverlust einfach als nicht beeinflussbare Alterserscheinung hingenommen. Dies führt dazu, dass sich betroffene Menschen vom sozialen Leben zurückziehen und ihre Selbständigkeit einschränken.

Das soll nicht sein, finden die Experten für Sehen und Hören der Fachstelle Hörsehbehinderung des Schweizerischen Zentralvereins für das Blindenwesen SZBLIND. Sie haben deshalb das Informationsportal www.sehen-hoeren.ch ins Leben gerufen. Dessen zentrale Botschaft lautet: Auch wenn man mit Hörgeräten und Brille das alte Seh- und Hörvermögen nicht wieder herstellen kann, so kann man doch vieles tun, um mit den Einschränkungen besser zu leben.

Das neue Portal hilft, für sich selbst oder für Angehörige zu erkennen, ob eine Einschränkung im Bereich Sehen und / oder Hören vorliegt. Ein unkomplizierter Test mit einfachen Fragen zu Verhalten und Wahrnehmung im Alltag gibt Hinweise auf manchmal gar nicht bewusst wahrgenommene Einschränkungen des Sehens und Hörens.

Ausserdem zeigen die Spezialisten für Sehen und Hören vom SZBLIND auf, wie mit einfachen Massnahmen das Seh- und Hörpotential optimal ausgeschöpft und spezifische Schwierigkeiten zum Teil kompensiert werden können. Zum Beispiel hilft es bei einem Hörverlust, die Mimik und Gestik des Gesprächspartners genauer zu beobachten. Dadurch erhält man bereits viele zusätzliche Informationen. Damit das Gesicht des Gesprächspartners besser gesehen werden kann, sollte man immer mit dem Rücken zur Lichtquelle stehen. So wird das Gesicht des Gesprächspartners angeleuchtet. Gute Beleuchtung hilft enorm bei schwächer werdenden Augen. Wie die Beleuchtung beschaffen sein muss, damit sie nicht blendet, auch das erklärt die Website [sehen-hoeren.ch](http://www.sehen-hoeren.ch).

Die Website ist seit dem 1.4. online und richtet sich an betroffene Menschen, aber auch an deren Angehörige und Freunde. Das Informationsportal erklärt auch, wie sich Einschränkungen des Sehens und Hörens auf die Psyche und Physis auswirken können und wo betroffene Menschen Hilfe und Rat erhalten, wenn die Einschränkungen im Alltag

zunehmend behindernd wirken. Eine grosse Sammlung mit weiterführenden, informativen Links komplettiert die Seite.

Kontakt SZBLIND:

Nina Hug, Co-Leiterin Marketing und Kommunikation; Tel. 071 228 57 63, hug@szblind.ch

Bild:

Sich etwas vorlesen lassen, von einer Person deren Stimme man gut versteht, ist eine willkommene Hilfe, wenn man selbst nicht mehr gut lesen kann.

SZBLIND - An der Seite blinder und taubblinder Menschen

Der Schweizerische Zentralverein für das Blindenwesen SZBLIND setzt sich jeden Tag dafür ein, dass Menschen mit Taubblindheit, Hörsehbehinderung, Blindheit und Sehbehinderung in der Schweiz ihr Leben selbstbestimmt und in eigener Verantwortung führen können. Er ist die Dachorganisation im Schweizerischen Blinden- Sehbehinderten- und Hörsehbehindertenwesen. Er berät und begleitet taubblinde und hörsehbehinderte Menschen sowie ihre Angehörigen und bildet Freiwillige zu Begleitpersonen aus. Er entwickelt und vertreibt spezielle Hilfsmittel, die Betroffenen den Alltag erleichtern.

Der SZBLIND informiert die Öffentlichkeit über Wissenswertes aus dem Blinden- und Hörsehbehindertenwesen, initiiert und koordiniert Forschungsprojekte und stellt die Aus- und Weiterbildung von Fachleuten in der Schweiz sicher. Durch seine Arbeit an der Seite betroffener Menschen verbessert sich deren Lebensqualität. Sie sind dank individuell angepassten Unterstützungsleistungen in der Lage, ihr Leben so unabhängig wie möglich zu gestalten. Der SZBLIND ist ZEWO-zertifiziert.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.szblind.ch und www.taubblind.ch.