

Nicht so, sondern so!

SZBLIND

Schweizerischer Zentralverein
für das Blindenwesen



Die Begegnung mit einer sehbehinderten oder blinden Person löst oftmals das Bedürfnis aus, zu helfen. Oft geschieht die Hilfe spontan, ohne den betroffenen Menschen zu fragen, ob sie auch erwünscht ist. Andere wiederum wagen nicht zu helfen, weil sie nicht wissen, wie. Doch sehbehinderte Menschen lassen sich gerne von Sehenden unterstützen. Dieser Ratgeber zeigt auf, wie dies respektvoll und sachkundig geschehen kann – zur Zufriedenheit beider Seiten.

Inhaltsverzeichnis

Sprich, damit ich dich «sehe»	4
Hilfe anbieten	4
Führen und begleiten	6
Stufen / Treppen / Trottoirs	8
Einkauf / Restaurantbesuch	8
Blind und trotzdem mündig	9
Verkehrsmittel	10
«Bitte, nehmen Sie doch Platz.»	12
«Dort» und «da»	14
«Wo hängt mein Mantel?»	14
«Hier bin ich wieder!»	15
Ihre Worte sind meine Bilder	16
Ein jedes Ding an seinem Ort	17
Vorlesen	18
Auf Führhunde ist Verlass	20
Weiterführende Informationen	21
Ihre Spende hilft	22

Sprich, damit ich dich «sehe»

Wenn Sie einer sehbehinderten oder blinden Person begegnen – gleichgültig, ob Sie sie näher, nur flüchtig oder gar nicht kennen: Sprechen Sie sie immer direkt und in normaler Lautstärke an. Damit sie sich ein «Bild» machen kann, sagen Sie, wer Sie sind bzw. woher sie einander kennen: «Ich bin X; wir haben uns kürzlich bei Y kennengelernt.», «Ich bin der Kellner. Was darf ich Ihnen bringen?»

Schauen Sie die Person beim Reden an; so kann sie sich besser orientieren, wo Sie sind. Es braucht auch keinen auf Nichtsehende «angepassten» Wortschatz. Niemand nimmt es Ihnen übel, wenn Sie erzählen, was Sie gesehen oder gelesen haben.

Hilfe anbieten

Vertraute Wege gehen sehbehinderte und blinde Menschen mit Hilfe des weissen Langstockes, ihres Führhundes - oder, um auf ihre Sehbehinderung aufmerksam zu machen, mit dem weissen, kürzeren Signalstock. Meistens ist keine zusätzliche Unterstützung nötig. Eine Baustelle oder Hindernisse auf dem Trottoir können aber einen bekannten Weg «verfremden». Eingeschränkt in ihrer Selbständigkeit fühlen sich sehbehinderte Menschen auch bei vielen Passanten auf Bahnhöfen oder Plätzen. Und extreme Verkehrsdichte macht es ihnen unmöglich, eine Strasse zu überqueren. In solchen Situationen tut Unterstützung gut.

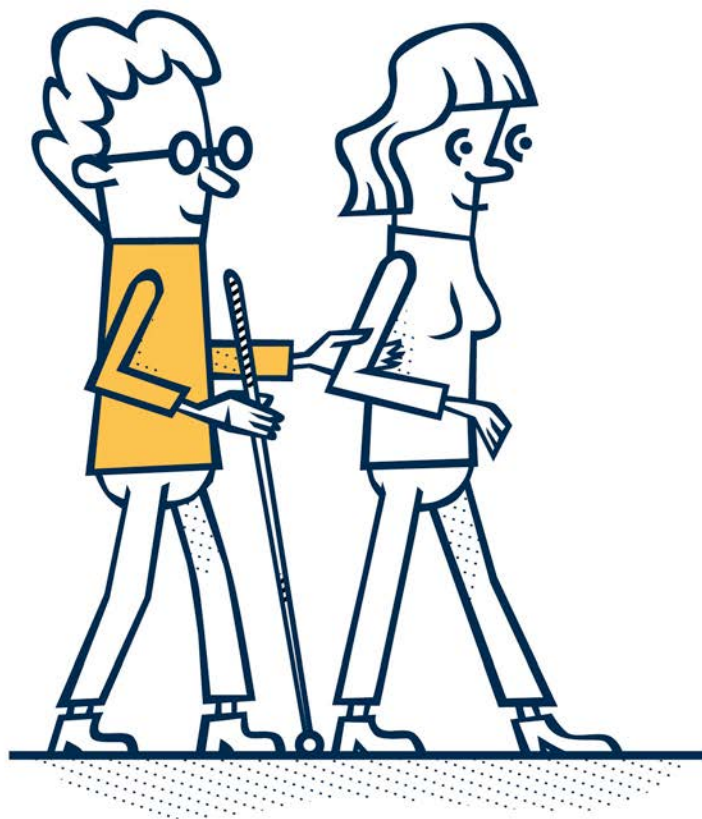
Am besten gehen Sie so vor: Sprechen Sie die sehbehinderte oder blinde Person an und fragen

Sie, ob Sie behilflich sein können. Das gilt für alle Situationen. Wenn ja, hilft es meist schon, den Standort zu beschreiben oder sie ein Stück weit zu begleiten.

Bevor Sie einer sehbehinderten Person über die Strasse helfen, fragen Sie, ob sie überhaupt auf die andere Seite bzw. ob sie hinübergeführt werden möchte. Wenn ja, Fragen Sie, wie sie geführt werden möchte.

Führen und begleiten

Um eine sehbehinderte Person zu führen, stellen Sie sich neben die Person und bieten ihr den Arm an. Die sehbehinderte Person wird ihren Arm oberhalb des Ellbogens leicht greifen. Laufen Sie im Tempo der sehbehinderten Person, aber immer einen kleinen Schritt voraus, um Hindernisse ansagen zu können.



Stufen / Treppen / Trottoirs

Jede Niveauänderung bedeutet Sturzgefahr. Ein Führhund, wie auch der weisse Langstock zeigen Niveau-Unterschiede rechtzeitig an. Wenn Sie eine sehbehinderte Person führen, halten Sie vor jedem Hindernis einen Moment und sprechen die Niveauänderung an: «Treppe abwärts.» oder «Trottoir aufwärts.». Achten Sie darauf, dass Sie immer einen Schritt voraus sind. So spürt sie ihre Armbeuge und merkt, ob es auf- oder abwärts geht.

Handläufe bieten Sicherheit. Weisen Sie die blinde Person entsprechend darauf hin. Und betreten Sie eine Rolltreppe nie ohne diese voranzukündigen.

Einkauf / Restaurantbesuch

In Geschäften fällt es einer sehbehinderten oder blinden Person schwer, die Produkte, die sie sucht, zu finden. Hier entlastet eine Begleitung. Wichtig: Nehmen Sie sich dafür genügend Zeit. Im Geschäft lassen Sie die Person, die Sie begleiten, alles selber machen, wozu sie in der Lage ist. Informieren Sie sie über Aktionen und achten Sie darauf, dass das Verkaufspersonal die Käuferin bzw. den Käufer immer direkt anspricht. Das Rückgeld soll ebenfalls direkt in die Hand der sehbehinderten oder blinden Person gelegt werden. Im Restaurant lesen Sie der sehbehinderten Person nach Wunsch die Getränke-, Speise- oder Weinkarte mit den Preisen vor und weisen auf Spezialitäten hin.

Blind und trotzdem mündig

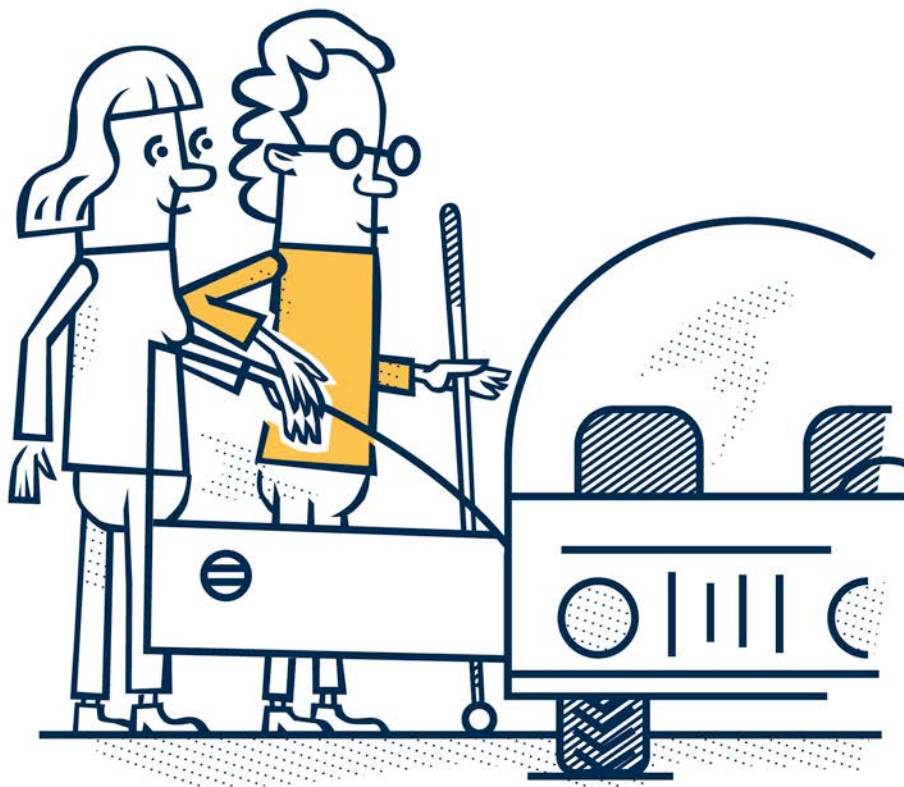
Ob in einem Restaurant, einem Schuhladen, einem Warenhaus: Gut geschultes (Verkaufs) Personal wendet sich immer direkt an die sehbehinderte Person. Falls dies nicht geschieht, weisen Sie diese darauf hin.

Bei der Frage nach der Toilette geht es lediglich darum, dem blinden Menschen die entsprechenden Räumlichkeiten zu zeigen, kurz zu erklären, wo Handtrockner oder Handtuchrolle sind und zu prüfen, ob WC-Raum und Schüssel sauber sind, bevor Sie den Raum wieder verlassen.

Verkehrsmittel

Alleinreisende sehbehinderte und blinde Menschen haben meist in einem Mobilitätstraining den Umgang mit öffentlichen Verkehrsmitteln gelernt. Hilfreich ist jedoch, ihnen zu zeigen, wo sich die Türen des Busses oder Zuges befinden: Begleiten Sie die Person zur Wagentür und legen Sie ihre Hand auf den Handlauf. Falls nötig, weisen Sie auf extrem hohe Stufen hin. Benutzen Sie beim Bus die vorderste Türe. So kann sich der Busfahrer oder die Busfahrerin mit der sehbehinderten Person verständigen.

Beim Einsteigen in ein Auto führen Sie die sehbehinderte Person in Fahrtrichtung zwischen das Auto und die geöffnete Wagentüre und legen ihre Hand auf die Oberkante der Türe. Prüfen Sie, ob der Sitzplatz frei ist. Die sehbehinderte Person kann selbständig einsteigen.



«Bitte, nehmen Sie doch Platz.»

Wenn Sie einer sehbehinderten Person im Bus, Zug oder Restaurant einen Platz anbieten möchten, gelingt dies so am besten: Sprechen Sie die Person an und fragen Sie, ob sie sich setzen möchte. Führen Sie sie zur Sitzgelegenheit und legen Sie ihre Hand auf die Stuhllehne oder Sitzfläche. So kann sich die Person selbständig hinsetzen.



«Dort» und «da»

Mit Begriffen wie «dort» und «da» können sehbehinderte und blinde Menschen nichts anfangen; sie benötigen präzise Angaben, um sich zu orientieren. Rufen Sie also nicht: «Achtung, da ist ein Loch!», sondern erklären Sie ruhig, dass es etwa zwei Meter vor der Person ein Loch im Boden hat und fragen Sie, ob sie daran vorbeigeführt werden möchte.

«Wo hängt mein Mantel?»

Ob im Zug, Konzert oder Restaurant: Für einen sehbehinderten oder blinden Menschen ist es wichtig, genau zu wissen, wo Sie seinen Mantel, den weissen Langstock oder das Gepäck verstaut haben. Machen Sie auch hier genaue Angaben: «Ihr Mantel hängt am dritten Haken rechts.» oder «Der Koffer ist im Nebenabteil zwischen den Rückenlehnen.»

«Hier bin ich wieder!»

Eine sehbehinderte oder blinde Person kann nicht erkennen, ob Sie sich im Gespräch kurz entfernen, etwas holen oder gar auf die Toilette gehen. Sie wird also einfach weitersprechen ... Sagen Sie also immer, wenn Sie sich entfernen. Und: Überraschen Sie Ihren sehbehinderten Gesprächspartner nicht mit einem «So, da bin ich wieder!»



Ihre Worte sind meine Bilder

Blinde Menschen «sehen» mit den Ohren. Geräusche oder Töne lösen entsprechend ein inneres Bild aus. Doch vieles kann weder gehört, gerochen noch ertastet werden. Deshalb schätzt eine sehbehinderte Person, wenn Sie ihr, z.B. auf einem Spaziergang, erzählen, was Sie sehen: «Es hat bis zur Waldgrenze geschneit.», «Dieses Haus ist uralt; die weisse Farbe blättert ab.» Beschreibungen vervollständigen neben dem Duft von Blumen oder Bäumen, dem Klang von Kirchen-oder Kuhglocken und der Beschaffenheit des Weges das innere Bild der Umgebung.

Es gibt auch sehbehinderte und blinde Menschen, die gerne ins Museum gehen oder Ausstellungen besuchen. Dann freuen sie sich, wenn Sie die Kunstwerke genau beschreiben.

Ein jedes Ding an seinem Ort

In seinem Zuhause ist es für einen sehbehindernden oder blinden Menschen wichtig, dass «jedes Ding an seinem Ort» ist. Legen Sie also alles wieder dorthin zurück, wo Sie es genommen haben oder weisen Sie die Bewohnerin, den Bewohner darauf hin, wo Sie – z.B. einen nassen Regenschirm – deponiert haben. Wichtig ist auch, immer alle Zimmer- und Kastentüren sowie Schubladen wieder zu schliessen, um ein Stolpern oder Anstossen zu verhindern. Achten Sie auch darauf, dass im Umfeld der sehbehinderten Person nichts Sperriges irgendwo im Weg steht.



Vorlesen

Dank moderner Technik, wie Sprachausgabe oder Braillezeile am Computer, haben sehbehinderte und blinde Menschen Zugang zu vielen Informationen. Auch Bücher, Zeitungen und Zeitschriften stehen entweder in Brailleschrift oder als DAISY-Hörbuch zur Verfügung. Doch immer wieder gibt es Situationen, die die Unterstützung durch eine sehende Person nötig machen, z.B. das Ausfüllen von Formularen oder das Vorlesen von handgeschriebenen Briefen und Karten. Oft helfen hier Sozialarbeiter oder Sozialarbeiterinnen.

Wenn Sie sich als Vorleser oder Vorleserin anbieten, sind Taktgefühl, Zuverlässigkeit, Diskre-

tion und Verschwiegenheit geboten. Sortieren Sie die eingegangene Post nach persönlichen Briefen, Zeitungen und Zeitschriften sowie Werbung. Besprechen Sie mit der sehbehinderten Person, was und wie viel sie gerne vorgelesen bekommen möchte. Öffnen Sie keinen privaten Brief ohne ihre Zustimmung. Bleiben Sie auf jeden Fall diskret.



Auf Führhunde ist Verlass

Führhunde haben eine anspruchsvolle Ausbildung absolviert. Sie reagieren auf über dreissig Hörzeichen, umgehen jedes Hindernis und finden Trottoirs, Fussgängerstreifen oder Unterführungen selbständig. Führhund und Herrchen oder Frauchen sind ein eingespieltes, leistungsfähiges Team, solange die Arbeit des Tieres nicht von Mitmenschen und Mithunden beeinträchtigt wird. Unterlassen Sie somit unbedingt jede Ablenkung wie schnalzen, zurufen, streicheln oder füttern. Wichtig ist zu wissen, dass Führhunde auf der Strasse in jedem Fall Vortrittsrecht haben und auch in Restaurants, Warenhäuser und Lebensmittelgeschäfte mitgenommen werden dürfen.

Weiterführende Informationen

- Film «Zwischen Sehen und Nichtsehen – Ein Film über Sehbehinderungen»
www.szblind.ch/film
- Broschüre «So bin ich dabei» – Tipps für den Umgang mit Menschen mit Hörsehbehinderung/Taubblindheit
- Broschüre «Sehbehinderung hat viele Facetten»
- Broschüre «kleine Schriften – grosse Probleme. Gute Information muss für alle lesbar sein»
- Merkblätter zum Umgang mit sehbehinderten und blinden Personen für Verkaufspersonal, für Pflegepersonal und Ärztinnen und Ärzte und für Gastronomieangestellte

Alle Broschüren und Merkblätter können Sie kostenlos bestellen unter Tel. 071 223 36 36 oder information@szblind.ch.

Ihre Spende hilft

Nur dank Spenden, Legaten und Stiftungsbeiträgen kann sich der SZBLIND für die Anliegen von blinden und sehbehinderten Menschen in der Schweiz einsetzen – und damit ein Stück Lebensqualität schenken. Die Spenden setzen wir zielgerichtet für unsere Leistungen zugunsten dieser Menschen ein.

Spendenkonto SZBLIND: 90-1170-7 oder online über unsere Website www.szb.ch/spenden.

Diese Broschüre wird unterstützt von:

- Stiftung ACCENTUS – Margrith Staub Fonds
- Fondation Leenaards

**Schweizerischer Zentralverein
für das Blindenwesen SZBLIND**

Schützengasse 4
CH-9001 St. Gallen

Telefon 071 223 36 36
information@szblind.ch
www.szblind.ch



© SZBLIND, 2020