



**AZB** 8050 Zürich Post CH AG

An unsere Spenderinnen und Spender

Mit Signalstock «Fifi»  
das Leben zurückerobert

Zürich, im November 2020

Liebe Spenderin, lieber Spender

Fifi nennt André Marcel Zaugg nicht etwa einen Hund, sondern seinen Signalstock. Seit zwei Jahren ist er sein treuer und unverzichtbarer Begleiter. **Damals suchte der 72-jährige Mann zum ersten Mal Unterstützung in unserer Beratungsstelle «SICHTBAR ZÜRICH».**

André Marcel Zaugg sah in jener Zeit kaum noch einen Sinn in seinem Leben. Aufgrund einer Glaukom-Erkrankung ist er **stark sehbehindert und er verliess nur noch selten das Haus.** Beim Schweizerischen Blindenbund lernte er nicht nur den Signalstock kennen und richtig benutzen, sondern nützliche Sehhilfen wie verschiedene Brillen und eine handliche Lupe. Damit kann er auch kleine Schrift wieder lesen.

**Der Signalstock hilft bei der Orientierung und das Umfeld nimmt mehr Rücksicht.**

Dank Fifi kann André Marcel Zaugg sich nicht nur besser orientieren, sondern er erfährt viel mehr Verständnis und Rücksicht von seinen Mitmenschen. **Seit er beraten wird, ist es für ihn als habe er «jeden Tag Geburtstag».** Er fühlt sich wieder wohl unter vielen Menschen und kann sich auch an fremden Orten besser orientieren.



Ihr Spende bewirkt, dass sehbehinderte Menschen ihr Leben wieder als lebenswert empfinden. Vielen Dank dafür.

Ihr *O. Bachmann*

Oswald Bachmann  
Präsident Schweizerischer Blindenbund

P.S.: Ihre Spende schenkt Menschen mit starker Sehbehinderung ein erfülltes Leben zurück.



Umgang zwischen gut sehenden und sehbehinderten Menschen

### 3 x A = richtiges Miteinander

Haben Sie schon einmal zu einer blinden Person gesagt «Passen Sie auf da vorne!» und dabei in bester Absicht mit dem Finger in diese Richtung gezeigt? Oder sind Sie schon einmal einem sehbehinderten Menschen begegnet und wussten im ersten Moment nicht so recht, wie Sie sich verhalten sollen? Man will ja nichts falsch machen, will helfen, aber weiss nicht genau, wie... Mit «3 x A» klappt das richtige Miteinander!

#### Erstes «A» wie AUFMERKSAM

Bewegen Sie sich achtsam durch den Alltag, auf der Strasse, im Bus oder im Supermarkt. Nehmen Sie Ihre Umgebung und Ihre Mitmenschen wahr.

Der Weisse Stock, ein Blindenführhund oder auch eine Lupe zeigen, dass eine Person sehbehindert ist. Erschrecken Sie diese nicht, indem Sie bei Rot an ihr vorbei über die Strasse eilen oder sie von hinten mit dem Velo grusslos überholen. Seien Sie aufmerksam und denken Sie daran, dass die oder der Betroffene dankbar für Ihre Unterstützung sein könnte.

Heutzutage sind in der Öffentlichkeit viele Mitmenschen stark abgelenkt, mit Kopfhörern auf den Ohren und den Blick stets aufs Handy gerichtet. Sie merken nicht, dass sie auf taktil-visuellen Leitlinien stehen und somit Sehbehinderten den Weg verstellen. Diese kommen oft ganz schön «zügig» daher und es kann leicht zu brenzigen Zusammenstössen kommen.

#### Zweites «A» wie AKTIV

Ignorieren Sie nicht, was vor Ihnen geschieht. Legen Sie eine hilfsbereite Haltung an den Tag und handeln Sie. Wenn Sie in der Öffentlichkeit auf eine Ihnen unbekanntete sehbehinderte Person treffen, zögern Sie nicht, sprechen Sie diese direkt an und offerieren Sie Ihre Hilfe. Bei Gefahr rufen Sie nicht nur «Achtung!», sondern geben gleich zusätzlich eine weiterführende Information dazu, wie z.B. «es hat hier eine Baustellengrube». Nur so kann die sehbeeinträchtigte Person auch richtig reagieren.

Wenn Sie selbst von einer betroffenen Passantin oder Passanten angesprochen werden, halten Sie doch einen kurzen Moment inne. Es braucht

meistens nicht viel Zeit, um eine Frage zu beantworten, auf dem Busfahrplan nachzusehen oder im Handy eine Information zu googeln.

#### Drittes «A» wie ANSTÄNDIG

Auch hier gelten die gängigen Umgangsformen. Seien Sie stets höflich und einfühlsam, nicht übereifrig und nicht zu forsch. Bitte packen Sie nie jemanden ohne Vorwarnung am Arm, ziehen die Person hilfsbereit über den Zebrastreifen oder schubsen sie gutgemeint aus dem Bus. Immer erst ansprechen, dann helfen. Vor Schreck können sonst rasch ernste Unfälle geschehen.

Immer wieder gut gemeinte Mitleidsätze sind weder nötig noch aufbauend. Noch verletzend ist es für Betroffene, wenn nur noch ihre Begleitung angesprochen und in dritter Person von ihnen geredet wird. Sehbehinderte

und blinde Menschen können sehr wohl selbst für sich sprechen.

Oft werden blinde Menschen auch lauter angesprochen als nötig. Sie sind blind, nicht schwerhörig. Genauso wenig sind sie ansteckend und sie beißen auch nicht. Überreaktionen wie sich demonstrativ wegzudrehen sind vollkommen unangebracht.

Es kann vorkommen, dass Ihre angebotene Hilfe abgelehnt wird. Bitte nehmen Sie das nicht persönlich. Viele sehbehinderte Personen wollen gerne so gut wie möglich selbstständig durchs Leben gehen. Respektieren Sie dies und lassen Sie sich nicht davon abhalten, bei der nächsten Gelegenheit wieder Unterstützung anzubieten. Der oder die Nächste könnte sehr froh darum sein.

**Besten Dank für ein schönes Miteinander!**



### 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 zu den Bedürfnissen. Vermittlung von Informationen zum Angebot der Reha-Fachpersonen mit dem Ziel einer möglichst selbstbestimmten Lebensführung.

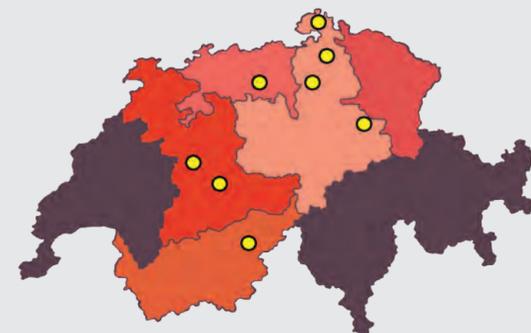
#### EDV-Beratung

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 4/2020, November 2020, erscheint 4 mal im Jahr. Bilder: Reto Schlatter, Max Spring, 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

# Porträt

Die Zeitschrift des Schweizerischen Blindenbundes | Ausgabe 4/2020



«Die Engel von der Beratungsstelle haben mir meinen Lebensmut wiedergegeben.»

André Marcel Zaugg (72), sehbehindert aufgrund eines Glaukoms.

#### THEMEN

- Stark sehbehindert durch den Grünen Star (Glaukom).
- Das richtige Miteinander zwischen gut sehenden und sehbehinderten Menschen.
- Wir sind in Ihrer Nähe!

**ZEW**  
Ihre Spende in guten Händen.

**Schweizerischer Blindenbund**  
Selbsthilfe blinder und sehbehinderter Menschen

GEMEINSAM NACH VORNE SEHEN.

Stark sehbehindert durch den grünen Star

## Die richtigen Hilfsmittel schenken frischen Lebensmut

André Marcel Zaugg (72) liebt das Leben in all seinen Facetten. Doch im Alter von 50 Jahren verdunkelte sich seine Welt. Aufgrund einer Glaukom-Erkrankung drohte ihm die totale Erblindung wie bereits seinem Vater. Er wagte sich kaum mehr aus dem Haus. Die Unterstützung durch «SICHTBAR ZÜRICH» verhalf ihm wieder zu Lebensfreude und Freiheit.

### Liebe Leserin, lieber Leser

Mit grosser Hingabe und Fachkompetenz leisten unsere Beraterinnen und Berater ihre tägliche Arbeit. Dafür ernten sie auch immer wieder herzliche Dankesworte.

Vor dem Entscheid, eine Beratungsstelle aufzusuchen, wird oft lange zugewartet. Betroffenen ist es manchmal peinlich oder die Erkenntnis ist zu schmerzlich, an einer Sehbehinderung zu leiden. Ist der Schritt einmal getan, folgt dann die grosse Erleichterung. Es bringt tatsächlich etwas! Das eigene Sehvermögen wird vielleicht nicht verbessert, aber mit der Lupe und der richtigen Brille kann man doch immerhin vieles wieder erkennen oder sogar lesen.

Besonders freuen uns charmante Komplimente wie diejenigen von André Marcel Zaugg. Für ihn sind Stephanie Escher und Lea Appiah von «SICHTBAR ZÜRICH» ein Glücksfall. Dank dem Signalstock und individuellen Sehhilfen ist er fast wieder so munter unterwegs wie früher. Wir danken Ihnen, dass Sie mit Ihrer Spende solche Erfolgsgeschichten ermöglichen.

Herzlichst, Ihr



*O. Bachmann*

Oswald Bachmann, Präsident Schweizerischer Blindenbund



Low Vision-Beraterin Stephanie Escher stellt die Leselampe optimal ein. Zusammen mit der Lupenbrille kann André Marcel Zaugg nun wieder normal gedruckte Texte lesen.

### Schwindendes Augenlicht drückt auf die Lebensfreude

Es ist schon viele Jahre her, aber man spürt es immer noch: André Marcel Zaugg ist es gewohnt, fotografiert und interviewt zu werden. Sein Charme, den er als Sänger und Entertainer vor vielen Jahren auf verschiedenen Schweizer Bühnen einsetzte, spricht noch immer, oder besser gesagt wieder. Denn vor zwei Jahren sah André Marcel Zaugg keinen Sinn mehr in seinem Leben. Er, der es liebte, unter Menschen zu sein, mit Auto, Fahrrad oder per Motorboot die Welt zu erkunden, in Strassencafés zu sitzen und seine zahlreichen Freundschaften zu pflegen, traute sich nicht mehr aus dem Haus.

Er sieht mit dem rechten Auge praktisch nichts mehr und mit dem linken Auge noch 10 Prozent. Damit konnte er sich ausserhalb seiner vertrauten vier Wände nicht mehr orientieren. Sein langjähriger Freund konnte sein Leiden nicht mehr mitansehen und meldete ihn ohne sein Wissen bei

der Beratungsstelle «SICHTBAR ZÜRICH» an. Er fuhr ihn bis vor die Tür der Beratungsstelle. André Marcel Zaugg hatte lange gezögert, diesen Schritt zu tun, aber er wusste nun: «Diese Chance muss ich nutzen.»

### Glaukom, eine erbliche Erkrankung

Als André Marcel Zaugg 40 Jahre alt war, erblindete der Vater an der gleichen Krankheit. Eine Untersuchung beim Augenarzt bestätigte schon damals, dass ihm das gleiche Schicksal beschieden war: Der Augeninnendruck war gefährlich hoch, ein deutliches Zeichen für eine Glaukom-Erkrankung. Das Glaukom, auch Grüner Star genannt, ist eine Sehnervenschädigung, die häufig mit starker Einschränkung des Gesichtsfeldes einhergeht und bis zur Erblindung führen kann. Mehrere Verwandte Zauggs litten bereits an dieser Erkrankung.

Nach der Diagnose vor über 30 Jahren versuchte man mit diversen Augentropfen, Laserbehandlungen und einem speziellen Ventil, das den



Unerwartete Absätze sind eine Herausforderung – speziell in unbekannter Umgebung.

Augeninnendruck senken sollte, den Verlauf der Krankheit zu stoppen oder wenigstens zu verlangsamen. Doch ohne Erfolg. Im Alter von 50 Jahren hatte André Marcel Zaugg seinen ersten Herzinfarkt. Seine Arbeit als Co-Geschäftsführer in der eigenen Firma musste er frühzeitig aufgeben. Nach und nach wurde sein Leben immer beengter.

### Und dann kommen die «Engel» zu Hilfe

Vieles im Leben von André Marcel

Zaugg änderte sich, als er vor zwei Jahren das erste Mal in die Beratungsstelle des Schweizerischen Blindenbundes kam. Kurz zuvor hatte er seinen zweiten Herzinfarkt erlitten. An seinem linken Auge war eine Hornhaut-Transplantation vorgenommen worden, um den verbliebenen Sehrest zu erhalten. «Da begegnete ich diesen beiden Engeln und alles wurde wieder gut», schwärmt er in seiner lebenswürdigen Art mit leicht französischem Akzent.

Stephanie Escher, Low Vision-Beraterin

und Lea Appiah, zuständig für die Schulung in Orientierung und Mobilität bei «SICHTBAR ZÜRICH» lachen ein wenig verlegen angesichts dieses Kompliments. «Doch, doch», beharrt Zaugg. «Sie sind keine Götter, aber sie sind kompetent und sie geben Kraft.»

Die wichtigste gute Tat der Engel ist der weisse Stock, den André Marcel Zaugg Fifi nennt. «Mit Fifi traue ich mich wieder überall hin. Seither ist jeden Tag Geburtstag», schwärmt er. Den Umgang mit Fifi hat er bei Lea



Schulung in Orientierung und Mobilität mit Lea Appiah. Leitlinien helfen, schwierige Situationen zu meistern.



Sozialarbeiterin Bettina Prigge unterstützt beim Ausfüllen eines Formulars für die Hilflosenentschädigung.

Appiah schnell gelernt, da er sich in Zürich bereits sehr gut auskannte.

### Dank Fifi und Sehhilfen die Welt zurückerobern

Der Signalstock hilft ihm, sich in der Welt draussen zu orientieren. Damit er seinen Sehrest optimal nutzen kann, benutzt er verschiedene Kantenfilterbrillen, die Stephanie Escher mit ihm ausgesucht hat. Sie schützen vor Blendung und bewirken, dass er Kontraste und damit Ecken und Kanten besser erkennen kann. Eine Lupenbrille und eine handliche Lupe helfen ihm, Beschriftungen zu lesen. So fin-

det er sich auch im Haushalt problemlos zurecht. «Ich kann mich in meinen eigenen vier Wänden buchstäblich blind orientieren und kenne die Bedienung aller meiner Haushaltsgeräte auswendig. Für den Rest genügt mir die Lupe.» Mithilfe der Lupenbrille und einer zusätzlichen Leselampe kann Zaugg wieder lesen, auch wenn es etwas länger dauert als früher.

Martin Meier, zuständig für die Beratung in Lebenspraktischen Fähigkeiten, half André Marcel Zaugg zudem, sein Smartphone als zusätzlichen Helfer einzusetzen. Nun kann er einfach einen Namen in das Gerät sprechen



Das Smartphone ist für vieles nützlich. Auch für Lieder von früher zum Mitsingen.

und die Telefonverbindung zu der gespeicherten Adresse wird aufgebaut. So ausgerüstet, kann Zaugg sein Leben wieder geniessen. «Man muss aber auch selbst wollen und darf nicht zu bequem sein, Neues zu lernen», resümiert er seine Geschichte.

Damit auch die Finanzen im Lot bleiben, half ihm Sozialarbeiterin Bettina Prigge, den Antrag für die Hilflosenentschädigung auszufüllen und organisierte die Begleiterkarte der SBB und die Ausweiskarte des Verbands öffentlicher Verkehr (VöV). Denn Autofahren wird André Marcel Zaugg trotz aller Hilfsmittel nie mehr.



Die Kantenfilterbrille schützt gegen Blendung und hilft, Konturen besser zu erkennen.



Welche Teesorte ist das? Mit der Lupe lässt sie sich gut ablesen.

*Ihre Spende für den Schweizerischen Blindenbund macht sehbehinderte Menschen mobiler und schenkt ihnen neue Lebensqualität.*

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

Einzahlung Giro  
Einzahlung für / Versement pour / Versamento per

Versement Virement

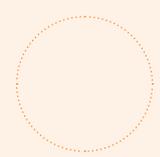
Versamento Girata

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



11.20/92204/15/prowema

Danke!

Konto / Compte / Conto 01-21726-8  
CHF  
[ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] . [ ][ ]

Konto / Compte / Conto 01-21726-8  
CHF  
[ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] . [ ][ ]

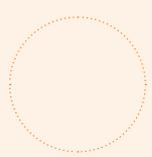
Referenz-Nr./N° de référence/N° di riferimento

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

609

442.06



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

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

Mehr Freiheit mit  
den richtigen Hilfsmitteln.

Liebe Spenderin, lieber Spender

Ihre Spende bewirkt praktische Lebenshilfe für sehbehinderte  
Menschen wie den Gebrauch des Signalstocks und die  
richtige Sehhilfe.

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

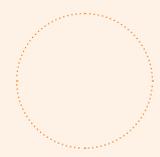
Versamento Girata

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



11.20/92204/15/prowema

Danke!

Konto / Compte / Conto 01-21726-8  
CHF  
[ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] 3 0 . 0 0

Konto / Compte / Conto 01-21726-8  
CHF  
[ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] 3 0 . 0 0

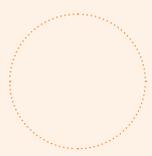
Referenz-Nr./N° de référence/N° di riferimento

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

609

442.06



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