



*Starthilfe in
ein neues Leben.*

AZB 8050 Zürich Post CH AG

An unsere Spenderinnen und Spender

Zürich, im November 2021

Liebe Spenderin, lieber Spender

Als Pratigya Frauenfelder (29) vor vier Jahren aus Nepal in die Schweiz zu ihrem Ehemann kam, war ihre Welt voller Hindernisse. **Sie selbst ist geburtsblind**, ebenso ihr Ehemann Sudeep, der sich aber schon gut in der Schweiz auskannte und fließend deutsch spricht.

Mittlerweile ist das Paar samt Töchterchen auf gutem Weg. Die Sozialarbeiterin des Schweizerischen Blindenbundes, Beata Cseri, half bei der Wohnungssuche, organisierte eine Deutschlehrerin und unterstützt die junge Frau in allen Belangen des neuen Lebens in einem fremden Land.

Mit dem weissen Stock ohne Angst draussen unterwegs.

Obwohl beide bereits in Nepal den weissen Stock benutzt hatten, **benötigte Pratigya eine gezielte Schulung auf die Gegebenheiten in der Schweiz** durch den Schweizerischen Blindenbund. Stark befahrene geteerte Strassen mit hohen Bordsteinkanten gibt es in ihrer alten Heimat nicht. Und dort begleiteten sie jeweils Familienmitglieder, wenn sie das Haus verliess.



Pratigya Frauenfelder kann sich nun schon gut auf Deutsch verständigen und verlässt selbständig das Haus, um ihre kleine Tochter zur Krippe zu bringen oder einzukaufen. **Dank unserer gezielten Unterstützung hat sie Beachtliches erreicht auf dem Weg in ein neues Leben.** Ich danke Ihnen, dass Sie zum Jahresende solch umfassende Hilfe für einen blinden Menschen mit Ihrer Spende ermöglichen!

Ihr



Roland Wagner
Geschäftsführer Schweizerischer Blindenbund

P.S.: Dank Ihrer Spende können blinde Menschen selbständiger leben.

Internationaler Tag des Weissen Stockes

Wie bauliche Elemente bei der Orientierung helfen

Wussten Sie, dass Entwässerungsrinnen, Trottoir-Randabschlüsse, Belagswechsel und andere bauliche Elemente absichtlich in die öffentliche Architektur integriert werden? Dass diese als «natürliches» Leitsystem für blinde und sehbehinderte Menschen dienen? Anlässlich des Tags des Weissen Stockes wollen wir die Philosophie des «Designs für alle» etwas näher vorstellen.

Vielen von uns sind die weissen Leitlinien an Haltestellen oder Bahnhöfen bereits bekannt. Sie dienen blinden und sehbehinderten Menschen zur Orientierung im öffentlichen Raum. Was oft weniger bekannt ist: Diese Linien werden architektonisch erst dort eingesetzt, wo es keine baulichen Elemente gibt, an denen sich Betroffene orientieren können. Gestalterischen Orientierungselementen wie zum Beispiel Pfosten, Grünstreifen und vielen anderen mehr kommt deshalb eine sehr wichtige Bedeutung zu.

Wegführung auf Trottoirs, Plätzen und Begegnungszonen

Elemente der Wegführung müssen eindeutig erkenn- und ertastbar sein. Dazu zählen Trennelemente zwischen Fussgängerbereichen und Fahrbahn. Das können unter anderem genügend hohe Randabschlüsse sein oder ein Belagswechsel. Der Unterschied zwischen Asphalt und Kopfsteinpflaster ist zum Beispiel gut zu erkennen, wenn mit dem Weissen Stock darüber hinweg gestrichen wird. Für Sehbehinderte mit einem kleinen Sehrest ist zudem ein guter Kontrast sehr nützlich. Dieser kann z.B. mit hellen Beton- oder Natursteinelementen gegenüber Asphaltflächen erreicht werden. Auch bei Treppenabsätzen und Geländeabstufungen hilft eine kontrastreiche Treppen- und Stufenmarkierung in Weiss oder Gelb. So wird die Sicherheit für uns alle erhöht – ob sehbehindert oder nicht.

Öffentliche Verkehrsmittel – Barrierefreiheit besonders wichtig

Eine zentrale Rolle für die selbständige Fortbewegung von sehbehinderten und blinden Menschen kommt den öffentlichen Verkehrsmitteln zu.



Somit sind bei Bus-, Postauto- und Tramhaltestellen eine kontrastreiche Gestaltung und standardisierte Positionierung der Informationsträger sowie taktil und visuell erkennbare Orientierungshilfen besonders wichtig. Bekannt ist zum Beispiel die taktil-visuelle Kennzeichnung der Einstiegssposition vorne bei der ersten Bustür. Weitere Beispiele sind die visuelle Kennzeichnung der hohen Haltekanten oder die Informationsvermittlung nach dem Zwei-Sinne-Prinzip. Dieses Prinzip bedeutet, dass zusätzlich zum Visuellen entweder auch akustisch oder taktil (mit Reliefsymbolen) informiert werden muss.

Gesellschaftlich nachhaltig bauen – «Design for All»

Eine konsequent behindertengerechte Bauweise und damit die Philosophie des «Designs for All» hat sich in den letzten Jahren international durchgesetzt. Damit wird zum einen dem Behindertengleichstellungsgesetz entsprochen. Zum anderen hat sich die Einsicht eingestellt, dass wir alle im Laufe unseres Lebens von einer Beeinträchtigung betroffen sein können. Sei es temporär durch einen Unfall oder weil man mit einem Kinderwagen plötzlich vor einer Treppe steht. Eine kluge, inklusive Architektur nützt uns allen.

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.

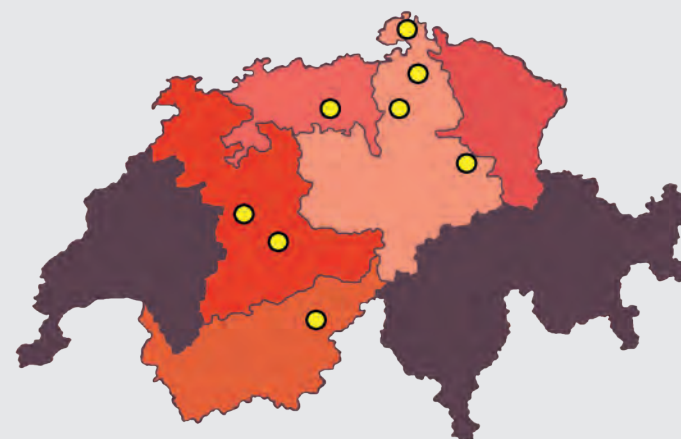
EDV-Beratung

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 4/2021, November 2021, 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 4/2021



«Ohne den Schweizerischen Blindenbund hätten wir es nicht geschafft.»

Pratigya Frauenfelder (29), von Geburt an blind.

THEMEN

- Blind durchs ganze Leben.
- Wie bauliche Elemente bei der Orientierung helfen.
- Wir sind in Ihrer Nähe!



Ihre Spende
in guten Händen.

Schweizerischer Blindenbund
Selbsthilfe blinder und sehbehinderter Menschen



GEMEINSAM NACH VORNE SEHEN.

Eine gelungene Integration:

Dank enger Begleitung und Unterstützung selbständig leben

Sich in einem fremden Land in einer fremden Kultur zurechtzufinden, ist nie einfach. Um einiges anspruchsvoller ist es, wenn man dieses neue Land nicht sehen kann und die Sprache nicht versteht. Pratigya Frauenfelder, geburtsblind, kam vor vier Jahren aus Nepal zu ihrem ebenfalls blinden Ehemann in die Schweiz. Eine gewaltige Herausforderung, die die beiden mit Unterstützung des Schweizerischen Blindenbundes bisher gut bewältigt haben.

Liebe Leserin, lieber Leser

Sich ohne Sehvermögen durch die Welt zu bewegen, ist immer eine grosse Herausforderung. Pratigya Frauenfelder aber ist von Geburt an blind und sie kam in ein Land, von dem sie sich kein Bild machen konnte und dessen Sprache sie nicht verstand. Auch ihr Ehemann, der sie zu sich in die Schweiz holte, ist geburtsblind. Er kennt die Gegebenheiten hier jedoch schon gut und er wusste, wo er Hilfe bekam, nämlich beim Schweizerischen Blindenbund. Unsere Sozialarbeiterin Beata Cseri wurde so zur wichtigen Begleiterin der Familie.

Mittlerweile kann sich Pratigya Frauenfelder auf Deutsch schon gut verständigen, bringt ganz allein die kleine Tochter in die Krippe und erledigt ihre Einkäufe selbständig im Supermarkt. Es ist die Geschichte einer gelungenen Integration unter sehr schwierigen Vorzeichen. Wir sind ein wenig stolz darauf, dank der Unterstützung durch unsere treuen Spenderinnen und Spender dabei mitgeholfen zu haben.

Herzlichst, Ihr



R. Wagner

Roland Wagner, Geschäftsführer Schweizerischer Blindenbund



Laura John, Lehrerin für Lebenspraktische Fähigkeiten, zeigt Pratigya Frauenfelder die Markierungen an Waschmaschine und Tumbler.

Schwieriger Start im fremden Land

Pratigya lernte Sudeep Frauenfelder schon während der gemeinsamen Schulzeit in einem Internat für sehbehinderte und blinde Kinder in Nepal kennen. Sudeep Frauenfelder, Sohn einer nepalesischen Mutter und eines Schweizer Vaters, verliess Nepal 2012 und ging in die Schweiz. 2017 kehrte er zurück nach Nepal, um seine Jugendliebe zu heiraten und zu sich in die Schweiz zu holen.

2018 kam die Tochter Suprina zur Welt, ein quirliges Temperamentsbündel, das seinen Eltern viel Freude bereitet. Es war eine regelrechte Odyssee, bis die kleine Familie in der Schweiz eine passende Wohnung gefunden hatte, in einem Haus, in dem man ihnen verständnisvoll und hilfsbereit begegnet.

Als kürzlich die alte Waschmaschine durch eine neue ersetzt wurde, dachte zunächst niemand daran, dass das ultramoderne Gerät mit Display und ohne fühlbare Knöpfe für blinde

Menschen nicht bedienbar ist. Beata Cseri, Sozialarbeiterin beim Schweizerischen Blindenbund und eine Art Schutzengel der Familie, machte den Hausverwalter darauf aufmerksam. Daraufhin besorgte er eine gebrauchte ältere Waschmaschine mit Knöpfen. Laura John, Lehrerin für Lebenspraktische Fähigkeiten beim Schweizerischen Blindenbund, brachte zusätzlich taktile Hilfen an den Geräten an, damit Pratigya Frauenfelder das richtige Programm wählen kann.

Schulung mit dem weissen Stock auf hiesige Verhältnisse angepasst

Sudeep und Pratigya Frauenfelder bewegten sich bereits in Nepal nur mit dem weissen Stock ausserhalb des Hauses. Da sie beide von Geburt an blind sind, könnten sie ohne dieses Hilfsmittel keinen Schritt allein vor die Türe machen. Eine eigentliche Schulung erhielten sie nicht. Die von Natur aus sehr schüchterne und vorsichtige Pratigya wurde in Nepal stets von Familienmitgliedern begleitet, wenn sie das Haus verliess.



Sozialarbeiterin Beata Cseri hilft auch, wenn es Formulare auszufüllen gilt.

Pratigya wagte sich in der Schweiz auch mit dem weissen Stock lange Zeit nicht allein vor die Tür. Geteerte Strassen mit viel Autoverkehr, Bordsteinkanten, grosse Supermärkte – das alles war eine fremde Welt, die sie erst nach und nach lernen zu erschliessen. Die wichtigste Dienstleistung des Schweizerischen Blindenbundes für die Selbständigkeit der jungen Frau ist deshalb die Schulung in Orientierung und Mobilität durch Ina Maag.

Allein in die Krippe und zum Einkaufen

Zudem kümmert sich Beata Cseri in Zusammenarbeit mit anderen Stellen von Anfang an um die Belange der Familie. Sie organisierte eine passende Wohnung, begleitete den Umzug und besorgte später eine Deutschlehrerin für Pratigya Frauenfelder. Die junge Frau kann sich heute bereits recht gut in der Sprache ihrer neuen Heimat verständigen.

Pratigya Frauenfelder lächelt ein wenig schüchtern und gleichzeitig auch ein bisschen stolz, als sie erzählt, dass sie mittlerweile Suprina ganz allein in die Krippe bringt und im nahegelegenen Supermarkt einkaufen geht. Auch hier half Beata Cseri, damit dies ein wenig einfacher geht. Sie vereinbarte mit dem Supermarkt bestimmte Zeitfenster, in denen es eher ruhig ist, damit das Personal Zeit hat, Pratigya beim Einkauf zu unterstützen.



Die dreijährige Suprina ist die grosse Freude ihrer Eltern Sudeep und Pratigya.



In der Küche wird nach Gefühl gekocht!



Der Milestone dient als Notizblock und Vorleser für blinde Menschen.

Milestone und Smartphone: moderne Technik hilft im Alltag

Beim Kochen zu Hause hilft dann eine sprechende Waage, die Laura John vom Schweizerischen Blindenbund für die junge Familie besorgt hat. Ein Gerät mit dem Namen Milestone leistet wertvolle Dienste, denn Pratigya kann alles darauf sprechen, was sehende Menschen aufschreiben würden. Auch die gesprochene Einkaufsliste landet im Milestone.

Ehemann Sudeep Frauenfelder vertraut dafür lieber auf sein Smart-

phone, das er intensiv als Hilfsmittel nutzt. Pratigya steht hier noch am Anfang. Regelmässig übt Laura John mit ihr die vielfältigen Möglichkeiten, die das Programm Voice Over für das Smartphone blinden Menschen bietet.

Schwierige Arbeitssuche

Sudeep Frauenfelder arbeitet halbtags in einer geschützten Werkstatt und erhält als Schweizer eine halbe Invalidenrente. Seine Frau Pratigya hat keinen Anspruch auf staatliche Unterstützung, so dass die Familie

finanziell nur knapp durchkommt, doch es genügt für ein bescheidenes Leben. Pratigya ist trotzdem sehr froh, dass sie in der Schweiz lebt. Trotz aller Schwierigkeiten bemüht sie sich um eine Arbeitsstelle, doch die Erfolgsaussichten sind nicht sehr gut. Schon viele Absagen sind eingetroffen.

Pratigya hat schon einen weiten Weg zurückgelegt. Mit tatkräftiger Unterstützung durch die Beraterinnen des Schweizerischen Blindenbundes wird sie auch diese Hürde eines Tages nehmen.



Selbständig draussen unterwegs, dank Schulung in Orientierung und Mobilität.



Die kleine Hand fest gepackt und in der anderen Hand der weisse Stock - so schaffen Pratigya Frauenfelder und Tochter Suprina den Weg zur Kinderkrippe.

Ihre Spende für den Schweizerischen Blindenbund räumt Hürden für sehbehinderte Menschen aus dem Weg.

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



Danke!

Konto / Compte / Conto 01-21726-8

CHF

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

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

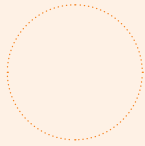
Konto / Compte / Conto 01-21726-8

CHF

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

609

Keine Mitteilungen anbringen
Pas de communications
Non aggiungete comunicazioni



11.21/9221415/pw

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

Mit Ihrer Hilfe unterstützen wir blinde Menschen in der Schweiz.

Liebe Spenderin, lieber Spender

Dank Ihrer Spende räumen wir Hindernisse für blinde Menschen aus dem Weg und sorgen für einen sicheren Alltag.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!



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

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



Danke!

Konto / Compte / Conto 01-21726-8

CHF

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

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

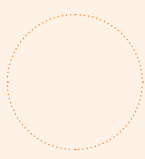
Konto / Compte / Conto 01-21726-8

CHF

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

609

Keine Mitteilungen anbringen
Pas de communications
Non aggiungete comunicazioni



11.21/9221415/pw

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