



«Es ist grossartig,
dass es solche
Hilfsangebote gibt.»

AZB 8050 Zürich Post CH AG

An unsere Spenderinnen und Spender

Zürich, im Juni 2022

Liebe Spenderin, lieber Spender

Kari Ritschard ist eine Frohnatur, der es am wohlsten ist unter anderen Menschen. Sein Beruf als Stahlbauer, spezialisiert auf Brücken, Seilbahnen und Stahlbaukonstruktionen aller Art, führte ihn in die ganze Welt. An einem Ort sitzen und die Hände in den Schooss legen, ist für ihn eine grosse Herausforderung. **Doch vor fünf Jahren bremste eine plötzlich auftretende starke Sehbehinderung den tatkräftigen Mann aus.** Die Diagnose lautete: Glaukom, ausgelöst durch einen erhöhten Augeninnendruck.



Passende Hilfsmittel ermöglichen ein aktives Leben

Es war Glück im Unglück, dass man ihn bereits im Inseelspital auf die Dienstleistungen des Schweizerischen Blindenbundes aufmerksam machte. **Kari Ritschard zögerte nicht lange und packte seine Chance, trotz der starken Sehbehinderung ein aktives und erfülltes Leben zu führen.** Verschiedene visuelle Hilfsmittel unterstützen seine Sehfähigkeit und dank dem Weissen Stock kann er sich auch in fremder Umgebung wieder gut orientieren. Beim Schweizerischen Blindenbund fand er zudem neue Kolleginnen und Kollegen und heute engagiert er sich bei uns ehrenamtlich im Vorstand der Regionalgruppe Bern.



Dank Ihrer Spende erhalten Menschen wie Kari Ritschard umfangreiche Unterstützung und können trotz starker Sehbehinderung weiterhin aktiv am Leben teilnehmen. Vielen Dank dafür!

Ihr

Roland Wagner
Geschäftsführer Schweizerischer Blindenbund

P.S.: Ihre Spende schenkt sehbehinderten Menschen mehr Lebensqualität.



Portrait

Die Zeitschrift des Schweizerischen Blindenbundes | Ausgabe 2/2022



THEMEN

- Ein Glaukom verändert den Alltag.
- Für Selbstbestimmung und Teilhabe auf nach Bern.
- Wir sind in Ihrer Nähe!



Ihre Spende
in guten Händen.

«Dank der Hilfe durch den Schweizerischen Blindenbund sehe ich wieder viel optimistischer in die Zukunft.»

Kari Ritschard (67), stark sehbehindert.

Schweizerischer Blindenbund
Selbsthilfe blinder und sehbehinderter Menschen



GEMEINSAM NACH VORNE SEHEN.

Voller Elan dank praktischer Unterstützung.

Von einem, der sich nicht unterkriegen lässt.

Kari Ritschard war ein Hans Dampf in allen Gassen: Anstrengende und gefährliche Berufstätigkeit rund um den Globus, Autofahren, Motorradfahren, segeln, Skifahren – alles, nur nicht stillsitzen. Abrupt bremste ihn eine sich rasch verschlimmernde Augenkrankheit aus. Doch Kari Ritschard fand die richtige Unterstützung zum richtigen Zeitpunkt und liess sich nicht unterkriegen.

Liebe Leserin, lieber Leser

Fragen Sie sich manchmal auch, wie Sie wohl mit einem Schicksalsschlag wie einer plötzlichen Erblindung umgehen würden? Ich hoffe, ich könnte eine solche Erkrankung so nehmen wie Kari Ritschard, den wir Ihnen auf den folgenden Seiten vorstellen. Er wurde aus einem aussergewöhnlichen und sehr aktiven Leben gerissen durch seine Augenerkrankung. Er war es gewohnt, unabhängig und frei zu leben. Aber in kürzester Zeit verstand er, dass er nun Hilfe brauchte, um möglichst selbständig zu bleiben.

Schon bald nach seiner Augen-Operation meldete er sich in unserer Beratungsstelle SICHTBAR THUN. Dort konnten ihm unsere Fachpersonen mit angepassten Sehhilfen, mit Unterstützung in finanziellen Fragen und einer sorgfältigen Schulung mit dem Weissen Stock helfen. Kari Ritschard bedankte sich auf seine Art: mit freiwilligem Engagement in unserer Regionalgruppe Bern, wo er heute im Vorstand tätig ist. Und wir bedanken uns bei Ihnen dafür, dass Sie unsere Hilfe für Menschen wie Kari Ritschard mit Ihrer Spende ermöglichen.

Herzlichst, Ihr



RW

Roland Wagner, Geschäftsführer
Schweizerischer Blindenbund



Orientierungs- und Mobilitätslehrerin Pia Weber beobachtet aufmerksam, ob Kari Ritschard den Langstock korrekt einsetzt.

Plötzlich starke Sehstörungen

Kari Ritschard ist ein geselliger Mensch, dessen grosse blaue Augen Freundlichkeit ausstrahlen. Der heute 67-Jährige blickt auf ein äusserst ereignisreiches Leben als Stahlbauer, Brückenbauer und Seilbahnbauer zurück, eine Arbeit, die ihn in die ganze Welt führte. Doch 2017 schien es vorbei zu sein mit dem aufregenden Leben. Eigentlich nur vorübergehend hatte Kari Ritschard seine Aktivitäten zurück in die Schweiz verlegt in eine Gemeinde am Thunersee. Als er einem Kollegen bei einer Schweissarbeit half, bemerkte er, dass er nicht mehr gut sah. Er führte das zunächst auf eine Blendung durch das Schweisslicht zurück, doch es war etwas anderes.

Ein Besuch beim Augenarzt förderte Erschreckendes zu Tage: Sein Augenninnendruck war mehr als doppelt so hoch wie er maximal sein sollte, was zu einem Glaukom geführt hatte. Die verordneten Tabletten brachten nicht die gewünschte Verbesserung,

sodass Kari Ritschard im Inselspital operiert werden musste. Der Augendruck ist seit dieser Operation einigermaßen stabil, aber die Sehnervschädigung blieb. Bis heute hat er auf dem linken Auge noch eine Sehfähigkeit von 20%, auf dem rechten noch deutlich weniger.

«Anfangs bin ich noch arbeiten gegangen und Auto gefahren», berichtet Kari, für den ein Leben ohne Arbeit und ohne Mobilität damals kaum vorstellbar war. Aber der behandelnde Arzt machte unmissverständlich klar, dass das zu gefährlich sei. Das war auch für die Frohnatur Kari anfangs schwer zu verdauen.

Mit Lupen und Spezialbrillen wieder besser sehen

Im Inselspital wies man ihn auf die Dienstleistungen für sehbehinderte Menschen bei SICHTBAR THUN des Schweizerischen Blindenbundes hin, und er zögerte nicht lange, diese in Anspruch zu nehmen. Schon bei den ersten Besuchen 2018 erhielt Kari



Sozialarbeiterin Rea Christener hilft, die Antragsformulare für verschiedene finanzielle Unterstützung auszufüllen.

Ritschard von Low Vision-Berater Lars Schweikhardt wichtige Hilfsmittel, die seinen Alltag massgeblich erleichtern. Eine auf die Brille aufzusetzende Lupe verbessert die Sehfähigkeit im Nahbereich. Das Lesen von Schriftstücken klappt tadellos mit dem mobilen Bildschirmlesegerät Traveller. Verlässt er das Haus und muss sich in unbekannter Umgebung orientieren, ist fast immer das Monokular dabei, mit dem er Hinweis- oder Strassenschilder lesen kann. Mit der Kantenfilterbrille schützt er sich vor

Blendungen und kann Kontraste zum Beispiel bei Treppenabsätzen besser erkennen.

Rea Christener, die Sozialarbeiterin von SICHTBAR THUN, half ihm dabei, die nötige finanzielle Unterstützung wie die Hilfslosenentschädigung zu beantragen und später auch bei der AHV-Anmeldung. Mit der Begleiterkarte kann er im Öffentlichen Verkehr gratis eine Person mitnehmen, was seine neue Mobilität ohne Auto sehr erleichtert.

Mehr Freiheit mit dem Weissen Stock

Doch das eingeschränkte Gesichtsfeld bereitete ihm weiterhin Probleme. «Ich bin viel häufiger gestolpert oder irgendwo angeschlagen», berichtet er. Auch war die Verarbeitung der Seheindrücke viel langsamer als vorher. Kari Ritschard fühlt sich nicht mehr sicher in fremder Umgebung. Im Unterschied zu vielen anderen sehbehinderten Menschen hatte er keine Mühe, auch einen Weissen



Ehefrau Malika Ritschard-Bouchakour ist mit ihrer warmherzigen und fröhlichen Art eine grosse Stütze für Kari.



Low Vision-Berater Lars Schweikhardt zeigt die Benutzung des Bildschirmlesegeräts Traveller.



Der kleine Helfer Milestone nimmt Gesprochenes auf und gibt es wieder.

Stock als Hilfsmittel zu akzeptieren. Er begann mit dem kurzen Signalstock und staunte, wie hilfsbereit die Menschen um ihn jetzt reagierten. Pia Weber empfahl ihm dann den Langstock und nach ausführlicher Orientierungs- und Mobilitäts-Schulung bewegt er sich damit nun sehr sicher auch in fremder Umgebung.

Und Kari wäre nicht Kari, wenn er nicht auch beim Schweizerischen Blindenbund schnell neue Freunde gefunden hätte. Er schloss sich der Regionalgruppe Bern an und ist heute dort aktiv im Vorstand.

«Mir gefällt, dass man sich dort mit anderen Betroffenen austauschen und gemeinsam etwas unternehmen kann.»

Nur nicht aufgeben...

Keine Frage, Kari Ritschard gehört zu den sehbehinderten Menschen, die ihre Chance zu packen wissen und mit entsprechender Hilfe weiterhin ein ausgefülltes Leben führen. Dennoch gibt es auch bei ihm die schwarzen Momente, in denen er damit hadert, dass nicht mehr alles so geht wie früher. «Vor allem, wenn

ich etwas reparieren oder werken will, nervt es mich manchmal, dass ich so schlecht sehe und nicht richtig vorwärtskomme. Da muss ich mich immer selbst zur Geduld mahnen.»

Neben dem Autofahren muss Kari Ritschard jetzt auch auf das Skifahren verzichten. Zumindest im Moment. Ein befreundeter Skilehrer bot ihm an, ihn zu begleiten. Er wird vorausfahren und ihm die am besten geeignete Route zeigen, Kari wird ihm wie ein Schatten folgen. Darauf freut er sich schon heute.



Das Monokular vergrössert, was zu weit weg ist, um gelesen zu werden.



Ein Jass mit alten Freunden aus dem Dorf. Kari spielt mit Spezialkarten für sehbehinderte Menschen.

Ihre spende für den Schweizerischen Blindenbund schenkt ein erfülltes Leben trotz starker Sehbehinderung.

Zusammenkunft in Bern für Selbstbestimmung und Teilhabe

Am 9. März kam das Schweizer Behindertenwesen in Bern zusammen. Anlass war die Prüfung, ob die Schweiz die UN-Behindertenrechtskonvention erfüllt, wozu sie sich 2014 verpflichtet hat. Leider gibt es noch viele Punkte, die dringend verbessert werden müssten. Um Politik und Medien wachzurütteln, nahm auch eine Delegation des Schweizerischen Blindenbundes an der friedlichen Kundgebung teil.

Mit dem Beitritt zur UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderung (UN-BRK) hat sich die Schweiz dazu verpflichtet, die gleichberechtigte und selbstbestimmte Teilhabe von Menschen mit Behinderungen am gesellschaftlichen Leben zu gewährleisten. Die konkrete Umsetzung der Konvention ist jedoch bisher noch nicht in Sicht. Dafür braucht es einen Aktionsplan mit nachweisbaren Zielen, welcher durch Bund und Kantone gemeinsam mit den Menschen mit Behinderungen und ihren Organisationen erarbeitet wird.

Der Schweizerische Blindenbund unterstützte deshalb den Weckruf auf dem Waisenhausplatz in Bern mit grossem Engagement. Auch Kari Ritschard, den wir in diesem Porträt näher kennenlernen, war mit dabei. Mit unserer Anwesenheit haben auch wir dazu beigetragen, dass Politik und Medien unsere Anliegen ernst nehmen. Als Selbsthilfeorganisation für blinde und sehbehinderte Menschen steht für uns ein selbstbestimmtes Leben seit jeher an ganz zentraler Stelle. Ein solches ist für viele von uns aber nach wie vor alles andere als selbstverständlich. Themen wie selbstständiges Wohnen, autonomes Wählen oder die Teilhabe am Arbeitsmarkt sind dabei nur drei von zahlreichen Herausforderungen, denen wir uns gegenübersehen. Es kann zum Beispiel nicht sein, dass nur noch der Heimeintritt bleibt, wenn die Betreuung im bisherigen Zuhause nicht mehr möglich ist. Die heutigen Wohnformen müssen ergänzt und möglichst durchlässig gestaltet werden.

Der Tag der Kundgebung war geprägt von emsigem Treiben, Sonnenschein, guter Stimmung und inspirierenden Vorträgen. Wir hoffen sehr, dass unser Weckruf gehört wurde und sich rasch Konkretes tut.



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.

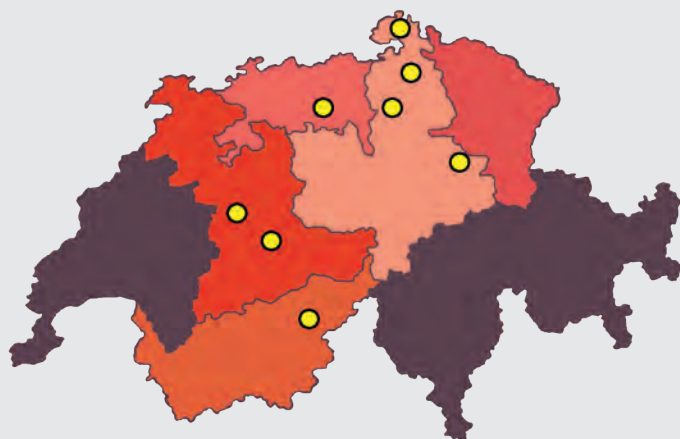
EDV-Beratung

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 Selbstständigkeit 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, 8050 Zürich.

Tel. 044 317 90 00, Fax 044 317 90 01, www.blind.ch, info@blind.ch.

Porträt, Ausgabe 2/2022, Juni 2022, erscheint 4 mal im Jahr. Bilder: 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

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

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

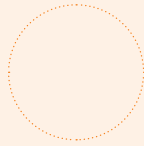
Schweiz. Blindenbund
Union suisse des aveugles
Unione svizzera dei ciechi
8050 Zürich

Konto / Compte / Conto 01-21726-8
CHF

□ □ □ □ □ □ □ □ . □ □

609

Keine Mitteilungen anbringen
Pas de communications
Non aggiungete comunicazioni



06.22/9222250/provenza

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

Einbezahlt von / Versé par / Versato da

442.06

Mit Ihrer Hilfe können
sehbehinderte Menschen
selbständig leben.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!



Hinweis zum neuen QR-Zahlschein

Der QR-Zahlschein wird schweizweit eingeführt und ersetzt künftig die bisherigen roten und orangen Einzahlungsscheine. Sie können die Überweisung wie gewohnt im Online-Banking, am Postschalter oder mittels Dauerauftrags tätigen.

((Neuer QR-Einzahlungsschein))