

Porträt

Die Zeitschrift des Schweizerischen Blindenbundes / Ausgabe 4/2025



Unsere Themen

- Vielfältige Unterstützung bei starker Sehbehinderung.
- UEFA WEURO 2025
Einlaufkinder: Eine Aktion, die Herzen bewegt hat.
- «Traumgeschichten»
Kinderbuch
- Wir sind auch in Ihrer Nähe
erreichbar.



**Ihre Spende
in guten Händen.**

*«Dank der Unterstützung
komme ich gut zurecht.»*

Fritz Glauser (76), beinahe blind nach
verschiedenen Augenerkrankungen

Schweizerischer Blindenbund

Selbsthilfe blinder und sehbehinderter Menschen



GEMEINSAM NACH VORNE SEHEN.

Mit Smartphone und Langstock selbständig bleiben

Fritz Glauser (76) ist zufrieden mit seinem ruhigen Leben als pensionierter Lastwagen-Chauffeur. Mit seiner Frau Margrit und Hund Murphy lebt er in einer geräumigen Wohnung nicht weit vom Thunersee. Doch die letzten Jahre haben seine Leidensfähigkeit an ihre Grenzen gebracht. Dank guter Beratung und tatkräftiger Unterstützung durch die Beratungsstelle SICHTBAR THUN kommt er aber weiterhin gut zurecht.

Liebe Leserin, lieber Leser

Fritz Glauser, das spürt man gleich, kann so schnell nichts aus der Bahn werfen. Der kräftige Mann strahlt Ruhe und Beständigkeit aus. Doch in den letzten Jahren setzte ihm seine Gesundheit schwer zu. Seine Augenprobleme wurden rasch immer schlimmer, seine Sehkraft verringerte sich von 40 Prozent zu einer starken Sehbehinderung in nur knapp zwei Jahren.

Gemeinsam mit seiner Frau Margrit und seinem Hund lebt er dennoch ein bescheidenes und zufriedenes Leben in seinen eigenen vier Wänden. Dank gezielt ausgesuchter Hilfsmittel muss er auf nichts verzichten, was ihm Freude bereitet. Mich stimmen solche Geschichten zuversichtlich. Es braucht oft nicht viel, aber es braucht das genau Richtige, damit es trotz Schicksalsschlägen weitergeht. Danke, dass Sie dabei sind, wenn wir Menschen wie Fritz Glauser mit unseren Hilfsangeboten unterstützen.

Herzlichst,



Dominik Gertschen
Präsident Schweizerischer
Blindenbund



Low Vision-Berater Lars Schweikhardt zeigt die vielfältigen Einstellmöglichkeiten des neuen Bildschirmlesegerätes.

Lupen gegen Lese Probleme

Hund Murphy mag es mit seinen 13 Jahren gerne gemütlich, und auch sein Herrchen Fritz Glauser hat weder Lust auf wilde Abenteuer noch auf ein Leben im Luxus. Doch in den letzten beiden Jahren machten ihm seine Augen so sehr zu schaffen, dass er Hilfe benötigt. Schon in seinen letzten Berufsjahren als Lastwagen-Chauffeur merkte er, dass seine Augen schneller ermüdeten als früher. Doch die regelmässigen ärztlichen Überprüfungen attestierten ihm eine genügende Sehleistung.

Zunehmend bereitete ihm aber das Lesen Probleme. Auch bei seinem geliebten Hobby als Zeiger im örtlichen Schützenverein konnte er sich auf seine Augen nicht mehr so verlassen wie früher. Bis vor wenigen Jahren war er noch für die Wartung der elektrischen Schiessanlage zuständig und nahm regelmässig an Wettbewerben und Verbandsanlässen teil, solange es sie noch gab.

In wenigen Jahren fast erblindet

Als Fritz Glauser im Oktober 2023 erstmals die Beratungsstelle SICHTBAR THUN aufsuchte, hatte er noch ein Sehvermögen von 40 Prozent, berichtet Lars Schweikhardt, Low Vision-Berater bei SICHTBAR THUN. Fritz Glauser bekam eine Beratung für verschiedene Lupen, mit denen er wieder Beschriftungen und Zeitungen lesen konnte. Wegen einer Gangunsicherheit benutzte er zudem einen Stützstock. Dieser wurde gegen einen weissen Stützstock ausgetauscht, so dass andere Menschen auf seine Sehbehinderung aufmerksam wurden.

Die häufig als Routine ausgeführte Operation des Grauen Stars hatte jedoch verschiedene Komplikationen ausgelöst, unter anderem eine Aderhautentzündung mit anschliessender Aderhautablösung. Als Folge der Operation erblindete Fritz Glauser auf

dem linken Auge praktisch vollständig, geblieben ist nur noch ein winziger Sehrest. Mit über 50 Injektionen behandelte man ein Makulaödem, so dass aus der feuchten Makuladegeneration eine trockene wurde. Heute hat Fritz Glauser ein einäugiges Restsehvermögen unter 20 Prozent. Hinzugekommen ist ein Glaukom, so dass sein Gesichtsfeld sowohl von den Rändern als auch von der Mitte her eingeschränkt ist. Fritz Glauser bekommt immer noch alle 13 Wochen eine Injektion in die Augen.



Sozialarbeiterin Nathalie Frey ist immer zur Stelle, wenn es um Anträge, Formulare oder Finanzen geht.

Langstock und Bildschirmlesegerät statt Brillen

Unterwegs helfen Lupen oder Brillen nun nicht mehr weiter. Fritz Glauser begann stattdessen mit der Langstock-Schulung bei Pia Weber, unsere Lehrerin für Orientierung und Mobilität. Damit bewegt er sich am Tag, wenn der Stützstock alleine nicht genügt, schon sicher durch seine Umwelt. Jetzt im Herbst begann er mit der Schulung auch bei schlechten Lichtverhältnissen. Mit dem Weissen Stock hat Fritz Glauser «kein Problem», er kenne einige andere blinde Menschen. Nur wenn er Murphy ausführt, kommt nur der weisse Stützstock zum Einsatz. Mit dem Langstock und der Leine gebe es sonst «es Gnuusch», meint Fritz Glauser.

Ganz neu ist bei Glausers ein modernes Bildschirmlesegerät eingezogen, mit dem sich wieder komfortabel Zeitung lesen lässt. Lars Schweikhardt hat Fritz Glauser mit den verschiedenen Funktionen und Einstellungen vertraut gemacht. Nun steht noch die Kostengutsprache bei der AHV aus.

Mobil mit dem ÖV

Fritz Glauser war es immer wohl in der Schweiz. Es zog ihn nie in die Ferne und auch als LKW-Chauffeur blieb er im Lande. Bus und Bahn benutzt er souverän, seinen Führerschein hat er schon vor vielen Jahren abgegeben.

Wie alle Veränderungen in seinem Leben aufgrund der Sehbehinderung nahm er auch dies ohne Murren hin. Heute reist seine Frau Margrit als Begleitperson dank dem Begleitabo Handicap der SBB, welches die Sozialarbeiterin Nathalie Frey von SICHTBAR THUN für sie beantragt hat, gratis mit. Ehefrau Margrit fährt auch Auto, so dass gleich mehrfach für Mobilität bei Glausers gesorgt ist.

Hilfreich im Alltag ist für Fritz Glauser auch sein Smartphone, dessen verschiedenen Hilfsfunktionen für sehbeeinträchtigte Menschen ihm Pia Weber, unsere Beraterin bei SICHTBAR Thun für Lebenspraktische Fähigkeiten



Pia Weber zeigt, wie die Sprachassistentin Siri im Alltag helfen kann. Doch nicht immer versteht Siri das Richtige.



Was ist es und was genau ist drin: Mit der Lupe lassen sich die Beschriftungen gut entziffern.



Die grossen Durchmesser heutiger Fernsehbildschirme sind ein Segen für sehbehinderte Menschen wie Fritz Glauser.



Die beeindruckenden Wanduhren, allesamt Erbstücke, müssen regelmässig aufgezogen werden.

ten, nähergebracht hat. Die Sprachassistentin Siri erlebt er als besonders komfortabel. «Ich sage einfach, 'Ruf Margrit an', und schon habe ich meine Frau am Telefon.» Immer sei allerdings nicht hundertprozentig Verlass auf Siri. Einmal habe sie ihn statt mit seiner Ärztin mit einer Frau Dr. Müller aus Frankfurt verbunden. Fritz Glauser schmunzelt in Erinnerung an diese Verwechslung.

Geselligkeit garantiert

Weil er gesellig ist und sich gerne in einem Verein engagiert, besucht Fritz Glauser nun die Regionalgruppe Bern des Schweizerischen Blindenbundes. Die ersten Treffen haben ihm gefallen, bald will er ein paar Ausflüge und andere Veranstaltungen ausprobieren. Und für die geliebte Jass-Runde mit Kollegen hat Nathalie Frey auch eine Lösung gefunden: spezielle Jass-Karten für Sehbehinderte mit extra grossen Symbolen. Fritz Glauser fühlt sich rundum gut betreut und beraten bei SICHTBAR THUN.



Halten zusammen in guten wie in schlechten Zeiten: Margrit und Fritz Glauser.



Wenn Murphy dabei ist, wird der Weisse Stock gegen den Stützstock eingetauscht.

«Dank Ihrer Spende können wir sehbehinderte Menschen ganz gezielt unterstützen.»



Beeinflusst das Gefühl, dazuzugehören, unsere eigene Persönlichkeit?

Wenn Kinder spüren, dass sie dazugehören, passiert etwas Entscheidendes: Ihr Gehirn öffnet sich. Ihre inneren Potenziale beginnen sich zu entfalten. Das hat der renommierte Hirnforscher Dr. Gerald Hüther in zahlreichen Studien belegt. Besonders eindrücklich zeigt sich dies, wenn Kinder, die sonst oft am Rand stehen, plötzlich im Mittelpunkt stehen. So geschah es während der UEFA Frauen Europameisterschaft 2025 im Kybunpark in St. Gallen.

Am 9. Juli 2025 wurden blinde und sehbeeinträchtigte Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren zu Einlaufkindern bei einem EM-Spiel gemeinsam mit den Fußballnationalteams von Frankreich und Wales. Für alle Kinder war es das erste Mal, dass sie selbst Teil eines sehr großen Fußballerlebnisses sein durften. Sie waren nicht als Zuschauer im Hintergrund dabei, sondern **mittendrin im Geschehen**. Hand in Hand mit ihren sportlichen Heldinnen betraten sie das ausverkaufte Fussballstadion und damit auch symbolisch eine Bühne, die ihnen sonst verschlossen bleibt.

Was hier geschah, war weit mehr als ein inklusives Kinderprojekt. Es war eine **tiefe Erfahrung von Zugehörigkeit, Wertschätzung und Gesehenwerden**. Genau diese Erfahrun-

gen sind es, die die Persönlichkeit eines Kindes prägen. Wenn ein Kind spürt: „Ich werde gesehen. Ich bin wichtig. Ich gehöre dazu.“, dann aktiviert das emotionale, soziale und kognitive Netzwerke im Gehirn. Das stärkt das Selbstvertrauen und die Motivation, sich einzubringen und weiterzuentwickeln.

Die teilnehmenden Kinder waren zum Teil überwältigt und sehr glücklich. Sie fühlten sich wie echte Heldinnen und Helden. Eine Mutter erzählte, dass ihr Sohn sein Trikot abends nicht mehr ausziehen wollte. So sehr hatte er diesen Moment verinnerlicht. Nach dem Einlaufen verfolgten ein paar der sehbehinderten Kinder das Spiel live über Audiodeskription. Dies garantierte ihre aktive Teilhabe am Geschehen auf dem Spielfeld und der Tribüne. Sie fieberten mit und waren mittendrin.

Diese Aktion war ein kraftvolles Zeichen dafür, dass Sport für alle da ist – auch für Menschen mit Sehbeeinträchtigung. Sie zeigte, dass Inklusion nicht nur eine gesellschaftliche Aufgabe ist, sondern ein bedeutender Impuls für die persönliche Entwicklung eines Kindes.

Für die teilnehmenden Kinder war es ein einzigartiges Erlebnis mit einem

wertvollen Baustein für ihre Persönlichkeitsentwicklung.

Dr. Hüther beschreibt, dass das Erleben von Zugehörigkeit die Grundlage dafür ist, dass Kinder ihr inneres Potenzial entfalten. In St. Gallen wurde genau das sichtbar: Der Schweizerische Blindenbund hat sich bewusst entschieden, Kindern eine Gelegenheit zu geben, sich zu entfalten. In unserem Kinderprojekt konnten sie in einen neuen Raum treten, in dem sie ihre Fähigkeiten und Begeisterung zeigen konnten.

Kindern mit Sehbeeinträchtigungen oder Blindheit möchten wir auch 2026 mit einem neuen Projekt die



Chance geben, etwas Aufregendes und Neues zu erleben. Wir trauen ihnen viel zu. Dieses Vertrauen ist oft der Schlüssel, damit sie motiviert bleiben, ihr eigenes Potenzial zu entdecken und weiterzuentwickeln.

Nur dank der Spendenbereitschaft vieler Menschen können wir solch ein Projekt möglich machen. Wir wollen Teilhabe erlebbar machen, Barrieren abbauen und zeigen, was entstehen kann, wenn Kinder in ihren Fähigkeiten, ihrer Neugier und Eigenständigkeit ernst genommen werden. Ihre Unterstützung schafft Perspektiven.



Vorankündigung

Kinderbuch «Traumgeschichten»

Erleben Sie die Magie erfüllter Träume in einem bezaubernden Kinderbuch, das Geschichten von benachteiligten Kindern und Erwachsenen erzählt. Tauchen Sie ein in die unvergesslichen Erlebnisse der Einlaufkinder bei der WEURO 2025 – eine bewegende Geschichte, die berührt, begeistert und Sie hautnah an diesem einmaligen Abenteuer teilhaben lässt. Ein Lesespass, der Jung und Alt berührt und inspiriert.

Das Buch erscheint im **Dezember 2025** und ist das perfekte Geschenk für Weihnachten und Fussballfans.

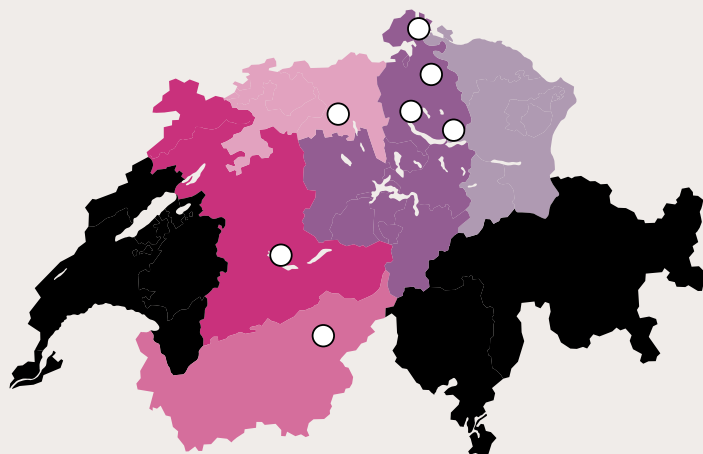
Bestellungen nehmen wir gerne per Mail entgegen: info@blind.ch.

Mit dem Kauf dieses liebevoll gestalteten Buches schenken Sie nicht nur Lesefreude, sondern unterstützen direkt unsere gemeinnützige Arbeit mit Kindern.



**Solche Projekte
machen stark.
Unterstützen Sie
uns gerne dabei!**

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.

7 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, Brig, Schaffhausen, Thun, Uznach, Winterthur, Zürich.

Impressum

Verlag und Redaktion: Schweizerischer Blindenbund,
Friedackerstrasse 8, 8050 Zürich, Tel. 044 317 90 00,
www.blind.ch, info@blind.ch // Porträt, Ausgabe 4/2025,
November 2025, erscheint 4-mal im Jahr.
Bilder: Reto Schlatter, SBb.
Produktion: Prowema GmbH, Schlatt.
Abo: 5 Fr. pro Jahr ist in der Spende inbegriffen.

E-Banking



QR-Code mit öffentlicher App scannen.
Betrag wählen und
Spende bestätigen.



Spendenkonto PC 80-11151-1. **Danke für Ihre Spende!**