



Zürich, 24.08. 2021, Geschäftsstelle

GEMEINSAM NACH VORNE SEHEN.

Internationaler «Tag des Weissen Stockes» am 15. Oktober 2021

Meine Umgebung führt mich stets zum Ziel

Adrienn Seifert kann mit ihrem verbliebenen Sehvermögen von gerade mal 4% auf dem rechten Auge noch vage Farben und Formen erkennen. Dies hält die quirlige 35-Jährige aber nicht davon ab, selbständig ihren Weg zu gehen. Und das nicht nur im übertragenen Sinne.

Mit Hilfe des weissen Stockes in der Hand und meistens in Kombination mit ihrem vierbeinigen, speziell ausgebildeten Begleiter «Unyx» kommt sie überall hin. Wie sie das macht, welche Orientierungshilfen ihr dabei als sehbehinderter Fussgängerin zur Verfügung stehen und wie moderne Architektur dabei noch besser helfen könnte, verrät sie uns jetzt.

Interview mit Adrienn Seifert

Wie orientierst du dich, wenn du im öffentlichen Raum unterwegs bist, um von A nach B zu kommen?

Adrienn: Meine Unabhängigkeit bedeutet mir sehr viel. Ich will ein selbständiges Leben führen trotz meiner Sehschwäche. Ich nutze meinen minimalen Sehrest sehr intensiv, denn trotz Sehbehinderung seit Geburt bin ich sehr visuell orientiert. Da ich keine Details sehen kann, sind die Gebäude selbst, also wie ein Ort im Ganzen aussieht, sehr wichtig. Kontraste, Farben und Formen sind gute Orientierungspunkte. So erkenne ich Fassaden, Arkaden oder weisse Mauern neben einer Treppe von weiterer Entfernung.

Auch farbig markierte hohe Trottoir-Randabschlüsse und knallgelbe Fussgängerstreifen sehe ich gut. Blumentöpfe, Brunnen, verschiedene Bodenflächen, Bänke, Designelemente oder Statuen helfen mir bei der Identifikation eines öffentlichen Platzes. Anzeigetafeln sind für mich weniger hilfreich, da ich sie nur mit der Handykamera vergrössert lesen kann, wenn überhaupt.

Leitlinien helfen sehr, wenn sie vorhanden sind, aber bauliche Orientierung hilft mir mehr: Als ich klein war, gab es noch fast nirgends taktile Leitlinien und auch heute gibt es sie nicht in jeder Stadt oder jedem Dorf. Deshalb bin ich mit der Orientierung an Gebäuden, öffentlichen Plätzen und Verkehrswegen aufgewachsen, ich bin es mich gewohnt.

Wie lernst du neue Umgebungen kennen, Strecken, die du noch nie allein gegangen bist und welche Hilfsmittel helfen dir dabei?

Adrienn: Da ich noch einen kleinen Sehrest habe, kann ich Google Maps und Street View auf meinem Handy mit meiner Lupenbrille gut nutzen. Ich suche zuerst heraus, wo der neue Ort liegt, und dann prüfe ich, was ich in der Nähe kenne. Von dort kann ich eine Route planen. Ich merke mir Orientierungspunkte unterwegs auf der Karte, welche mir später vor Ort helfen können. Ich entdecke den Ort Schritt für Schritt. In der Hand den weissen Signalstock und meistens steht mir mein Führhund «Unyx» treu zur Seite.

Bei Schulungen mit einer Fachperson für «Orientierung und Mobilität» erhalte ich jeweils Tipps für meine Selbständigkeit. Bei meinem Umzug vom Aargau ins Zugerland machte

mich meine O+M-Lehrerin z.B. auf kleine Details in der neuen Umgebung aufmerksam und entdeckte mit mir Abkürzungen für meine täglichen Wege rund ums neue Heim. Sie hat mir auch in Zürich, wo ich regelmässig unterwegs bin, viele gute Tipps gegeben.

Merkst du bei neuen Plätzen, Verkehrswegen und öffentlichen Bauten, dass hier darauf geachtet wurde, Orientierungselemente für sehbehinderte Passanten zu integrieren?

Adrienn: Es gibt immer mehr Orte, an denen Leitlinien präsent sind und in öffentlichen Bauten befinden sich immer häufiger taktile oder in Braille beschriftete Liftknöpfe. Aber ehrlich gesagt denke ich, es gibt noch viel zu tun. Viele Orte sind zwar inzwischen rollstuhlgängig, was auch für Sehbehinderte hilfreich ist, aber doch noch nicht ganz hindernisfrei.

Ich glaube, es braucht noch viel Sensibilisierung und Weiterdenken, dass bei Bauprojekten mehr auf Hindernisfreiheit auch in Bezug auf sehbehinderte Menschen geachtet wird. Ich habe schon davon gehört, dass es mehr Zusammenarbeit zwischen den Ausführenden von Bauprojekten und den relevanten Organisationen gibt. Das ist definitiv ein Schritt in die richtige Richtung. Es sollte jedoch obligatorisch sein, dass die Bedürfnisse von Sehbehinderten und Blinden bereits in der Planung berücksichtigt werden.

Weiss deiner Meinung nach die breite Bevölkerung, dass Architekten bauliche Elemente, Farben und Kontraste etc. extra auch für sehbehinderte Menschen zu Orientierungszwecken mit einbauen?

Adrienn: Nein, ich glaube, die meisten Menschen wissen das leider nicht. Meine Erfahrung ist, dass viele noch immer überrascht sind, wenn ich erkläre, wofür die Leitlinie oder die Knöpfe unter dem gelben Kasten bei der Ampel sind. Die Leute achten nicht darauf, was sie in ihrem Alltag nicht brauchen. Wenn die Leitlinien immer noch nicht in den Köpfen verankert sind, braucht es noch einen längeren Weg, bis die Bevölkerung das Ziel von baulichen Elementen versteht.

Für mich ist deshalb die Sensibilisierung der Bevölkerung ein Mittel, um aufzuzeigen, dass sehbehinderte Personen die gleichen Möglichkeiten wie Sehende erhalten sollen, um sich selbständig orientieren und bewegen zu können. Das ist wahre Inklusion für mich.

Angaben zur Person:

Adrienn Seifert lebt mit ihrem Ehemann in Oberägeri ZG. Sie ist seit Geburt stark sehbehindert: Glaukom und Katarakt (Grüner und Grauer Star) sowie Nystagmus auf dem rechten Auge. Zurzeit verfügt die lebensfrohe 35-Jährige noch über 4% Sehvermögen auf dem rechten Auge. Sie kann damit vage Farben und Formen erkennen. Das linke Auge ist ganz blind. Die gebürtige Ungarin schloss erfolgreich ihr Studium der Politik- und Rechtswissenschaften ab und arbeitete vier Jahre lang sehr aktiv ehrenamtlich im Vorstand der Regionalgruppe Zürich des Schweizerischen Blindenbundes mit. Seit 2018 gibt sie Vorträge in Primar- und Sekundarschulen im Auftrag der Behindertenkonferenz Zürich, um die Schüler/innen auf das Thema Sehbehinderung zu sensibilisieren.

Adrienn Seifert wurde im Umgang mit dem Signal- und Langstock von einer O+M Fachperson (Orientierung und Mobilität) geschult. Ihre Unabhängigkeit und Selbständigkeit im öffentlichen Raum sind dadurch enorm gestiegen. Sie kann sich im Freien sicherer bewegen und hat eine bessere Orientierung. Ihr Führhund «Unyx», ein gelber, schöner Labrador-Retriever, ist ihr im Alltag ebenfalls eine enorme Hilfe.

Schweizerischer Blindenbund, Geschäftsstelle Zürich

Bildmaterial und weitere Informationen finden Sie auf www.blind.ch.