

ABV-Info Nr. 12 – April 2016

Inhaltsverzeichnis:

1. Geschäftsleitung
2. Sozialberatung
3. Low Vision Rehabilitation
4. Hilfsmittelshop
5. Apfelschule
6. Termine und Veranstaltungen
7. Erreichbarkeit und Adressen

1. Geschäftsleitung

Liebe Leserin, lieber Leser des abv-info

Nach 8 Jahren als Leiterin der Beratungs- und Geschäftsstelle verlasse ich den ABV und gehe in Pension. Ich habe sehr gerne beim ABV gearbeitet und mich für Anliegen sehbehinderter Menschen eingesetzt. Anlässlich des Jubiläums des ABV konnten wir viel Neues lancieren wie z.B. spezielle Museumsbesuche für sehbehinderte Menschen und weitere Freizeitangebote. Ich verlasse den ABV mit einem lachenden Auge, weil ich mich vermehrt andern Dingen zuwenden kann, mich etwas zurücklehnen darf. Aber es gibt auch eine

nachdenkliche Seite, denn nun ist meine Tätigkeit mit und für sehbehinderte Menschen in dieser Funktion beendet. Es machte mir grosse Freude mit Ihnen und für Sie zu arbeiten. Ich wünsche Ihnen Allen viel Erfreuliches. Ein ganz herzlicher Dank geht an das ABV-Team und auch ihm wünsche ich unter der neuen Leitung alles Gute.

Herzlich begrüsse ich Frau Carmen Sidler, welche nun die Leitung für die Beratungs- und Geschäftsstelle ABV übernimmt. Sie wird neben den Leitungsaufgaben zu 20% als Sozialarbeiterin tätig sein. Sie verfügt über vielfältige und vielschichtige Erfahrungen im Sozialbereich und im Bildungswesen. Ihr Arbeitsverständnis ist geprägt durch Aus- und Weiterbildungen in Sozialer Arbeit, durch systematische Familienbegleitung, durch das Managementstudium, durch die Traumaarbeit und das Polarity-Gesundheitsmodell. Sie arbeitet entwicklungsorientiert mit einem integrativen Ansatz.

Wir wünschen Frau Sidler viel Freude in der Zusammenarbeit mit engagierten Menschen im Blinden- und Sehbehindertenwesen sowie Besonnenheit um künftige Herausforderungen anzugehen und zu lösen.

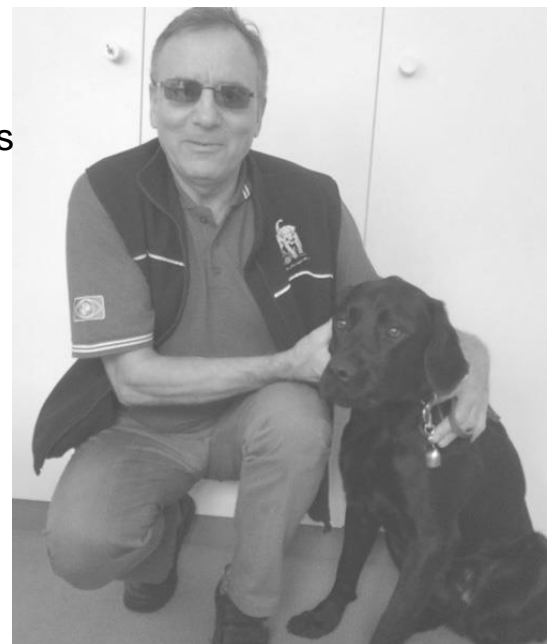
Verena Zimmermann, Leiterin der Beratungs- und Geschäftsstelle ABV

2. Sozialberatung

Paul und Zandro – eine kleine Geschichte

Endlich ist er da! Paul hat sich schon lange einen Blindenführhund gewünscht. Er hat etwas Geduld gebraucht und freut sich jetzt sehr, seinen Zandro in Empfang zu nehmen. Zandro ist ein schöner stattlicher Labrador-Rüde mit schwarzem glänzendem Fell, ein lustiger kontaktfreudiger, aufgestellter Kerl. Ich habe das Gefühl, dass sie gut zusammen passen - Paul und Zandro - und dass sie ein gutes „Gespann“ werden.

In den ersten 2 ½ Wochen werden sie täglich von einem Blindenführhundeausbilder am Wohnort und Umgebung begleitet, unterstützt, angeleitet und intensiv geschult. Die erste Woche dient dem Aufbau der Beziehung sowie dem Erkunden der für den Hund neuen Umgebung. In der



zweiten Woche folgen die Arbeit im Führgeschirr und das Einüben der wichtigen Wege. In den folgenden Monaten werden je nach Bedarf weitere Einführungstage angeboten.

Es gehört zu meiner Tätigkeit als Sozialarbeiterin über Möglichkeiten zur Unterstützung der Selbständigkeit und Sicherheit im Alltag zu informieren. Eine Möglichkeit ist die Haltung eines Blindenführhundes. Der Hund ist für Menschen mit Sehbehinderung eine wunderbare Mobilitätshilfe im Alltag, zudem ist er ein Lebenskamerad, ein Freund und ein „Brückenbauer“ zu Mensch und Umwelt.

Interview/ Fragen an Paul:

1. Warum hast du dich für einen Blindenführhund entschieden?

Das Leben wird immer hektischer, mit meiner zunehmenden starken Sehbehinderung wird es für mich stets mühsamer unterwegs zu sein. In der Stadt hat es immer mehr Leute und viele Hindernisse, ich kann dunkel und hell immer weniger unterscheiden, deshalb habe ich mir einen Blindenführhund gewünscht.

2. Zandro ist nun 4 Wochen in Deiner Obhut, bestimmt war es eine spannende, aber auch anstrengende Zeit, wie ist es Dir und Zandro ergangen?

Sehr gut. Das Leben hat sich verändert, der Tag muss neu eingeteilt werden, wir sind viel unterwegs, denn Zandro muss auch frei laufen können, sich austoben denn er ist noch jung und hat viel Temperament. Er ist ein guter Kamerad, er schaut für mich und ich schaue für ihn. Ich bedanke mich immer wieder bei ihm und zeige ihm, dass ich ihn gerne habe.

3. Haben sich deine Wünsche und Vorstellungen erfüllt?

Auf jeden Fall, ich bin zufriedener und innerlich ruhiger geworden, sicherer und zuversichtlicher. Zandro hat sich schnell bei mir eingewöhnt, er fühlt sich wohl. Wir verbringen viel Zeit miteinander.

4. Wie stellst du Dir die Zukunft vor mit Zandro?

Mein Ziel ist, dass Zandro ca. 10 Jahre bei mir bleiben kann, dass wir ein gutes „Gespann“ werden, in Freundschaft verbunden sind und dass wir gesund und im Haus bleiben können.

Wissenswertes zum Thema Blindenführhund:

Die Welpen verbringen die ersten 10 Wochen in der Blindenführhundeschule. Nach sorgfältiger Wesensabklärung werden die Junghunde 1 – 1½ Jahre bei einer Patenfamilie platziert, wo sie eine gute Grunderziehung und Sozialisierung erhalten. Danach wird geprüft ob der Hund geeignet ist für die folgende 6-9 Monate dauernde Ausbildung zum Blindenführhund. In der Ausbildung lernt der Hund geradeaus zu führen, links und rechts zu unterscheiden und Hindernisse zu umgehen, das Aufsuchen von

Fussgängerstreifen, Treppen, Türen und den Umgang mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Er lernt 30 Hörzeichen zu unterscheiden. Diese werden in italienischer Sprache geschult, weil häufiger Vokale vorkommen, so dass der Hund die Wörter besser unterscheiden kann. Am Ende der Ausbildung wird der Hund von einem Experten der Invalidenversicherung geprüft. Die Kosten für einen Blindenführhund belaufen sich auf ca. Fr. 65'000.--.

Nach der Ausbildung erfolgt die Platzierung. Hund und Mensch müssen im Charakter und Temperament zusammenpassen. Die folgende, 6 Monate dauernde Einarbeitungszeit kann für Mensch und Hund sehr intensiv, anstrengend und herausfordernd sein. Anschliessend folgt eine Beurteilung der Zusammenarbeit des Gespanns durch einen Experten der IV, die auch Kostenträger ist für Unterhalt, Futter und Tierarzt ist. Das Führungsgespann wird von den Ausbildnern der Blindenführhundeschule lebenslanglich betreut.

Ruth Küng, Sozialberatung

Tel. 062 836 60 23, E-Mail: ruth.kueng@abv-aargau.ch

3. Low Vision Rehabilitation

Blendung und Filtergläser

Blendung wird oft durch **gestreutes Licht** verursacht. Sie erhöht die Probleme bei einer Sehbehinderung und kann zu einer zusätzlichen Herabsetzung der Sehfähigkeit führen.

Es gibt verschiedene Formen von Blendung:

- **Absolutblendung** besteht bei zu hoher absoluter Leuchtdichte (Lichtverhältnisse bei Sonne, in Kombination mit Wasser und Schnee noch verstärkt)
- **Relativblendung** entsteht durch hohe Leuchtdichtenunterschiede (zu starke Kontraste) im Gesichtsfeld (beispielsweise helle Arbeitsplatzbeleuchtung bei dunkler Umgebung), das Auge kann sich weder an das helle, noch an das schwache Licht anpassen
- Von **Adaptationsblendung** spricht man bei einer abrupten Beleuchtungsänderung (Wechsel von hellen zu schlechten Lichtverhältnissen und umgekehrt)

Für die Blendung verantwortlich ist vor allem das **blaue Licht**. Weil dieses kurzwelliger und dadurch energiereicher ist als rotes Licht, wird es stärker gestreut.

Dagegen können spezielle Blendschutzgläser, sogenannte **Kantenfiltergläser**, Abhilfe schaffen. Sie absorbieren den kurzwelligen Blaulichtanteil des für uns relevanten Lichtspektrums und reduzieren somit die Relativ- und gelegentlich auch die Adaptationsblendung.

Da es eine grosse Anzahl an verschiedenen Filtergläsern gibt, ist eine **individuelle Abklärung** durch eine Rehabilitationsfachkraft in Low Vision zu empfehlen. Blendschutzgläser werden auf unserer Beratungsstelle getestet. Einzelne Gläser können auch für eine oder zwei Wochen im Alltag bei verschiedenen Lichtsituationen ausprobiert werden. Wenn das favorisierte Filterglas gefunden worden ist, kann beim Optiker ein entsprechendes Glas mit der eigenen Korrektur und dem Filter bestellt werden. Filteraufsätze als Clip sind auch möglich, aber von der Handhabung etwas umständlicher.

Selbsttönende Gläser, welche die Farbe in Abhängigkeit von der Sonneneinwirkung verändern, sind bei einer Sehbehinderung in der Regel wegen der trägen Reaktionszeiten und der Temperaturabhängigkeit ungünstig. Aufgrund der geringen Reaktionsgeschwindigkeit können die Probleme bei der Adaptationsblendung noch verstärkt werden.

Patricia Wiedemeier
Diplomierte Orthoptistin HF mit Spezialisierung in Low Vision

4. Hilfsmittelshop

Am Hilfsmitteltag vom Donnerstag, 21. April 2016, von 9.00 – 12.00 und von 13.30 – 17.00 Uhr können Sie sich die neuesten Hilfsmittel zeigen lassen und auch ausprobieren.

Armbanduhr Diana sprechend

Produkt-Nr. 07.612

Preis: CHF 68.00

Diese formschöne Armbanduhr verfügt über einen grossen, analogen Display mit weissem Hintergrund und schwarzen Ziffern. Die Qualität der Sprachausgabe ist überdurchschnittlich. Durch einen Knopf werden Wochentag und Uhrzeit ausgelöst. Die Uhr spricht neben Deutsch auch Französisch, Italienisch, Spanisch und Holländisch. Die Uhr ist nicht wasserfest.



Doro Secure 350 **Sprechendes Festnetztelefon**

Produkt-Nr. 12.01

Preis: CHF 153.00

Dieses schnurgebundene Telefon mit Lautstärkenanpassung kombiniert eine hohe Benutzerfreundlichkeit mit einer Vielzahl von Sicherheitsfunktionen und anderen sinnvollen Funktionen, die Ihnen das Telefonieren erleichtern. Farbe: weiss mit schwarzen Tasten und weisser Aufschrift. Das Telefon ist kompakt, verfügt jedoch trotzdem über ein grosses Display, sieben Direktwahltasten, Sprachausgabe, grosse Schrift und ist hörgerätekompatibel.



Monika Frei, Hilfsmittel-Shop

Tel. 062 836 60 20, E-Mail: monika.frei@abv-aargau.ch

5. Apfelschule

Das iPhone entwickelt sich mehr und mehr zu einem der wichtigsten Hilfsmittel für blinde und hochgradig sehbehinderte Personen. Die Apfelschule hat sich zum Ziel gesetzt, sehbehinderten und blinden Personen den Zugang zu diesen technischen Hilfen zu erleichtern und sie in ihrer Handhabung und Nutzung zu beraten, zu schulen und zu unterstützen.

Immer mehr sehbehinderte und blinde Personen gelangen zur Überzeugung, dass sich die Anschaffung eines solchen Gerätes lohnt – und natürlich auch die Anstrengung, die es braucht, bis man die Bedienung dieser bildschirmgesteuerten Apparate beherrscht.

Dazu bietet die Apfelschule 3-tägige Kurse im IBZ (Internationales Blindenzentrum) in Landschlacht an. Ob Neueinsteiger oder bereits erfahrene Anwender, für jedes Bedürfnis werden Kurse angeboten wie beispielsweise einen Navikurs, einen Basis- oder Aufbaukurs oder Schulungen für das iPad.

Die Kursleiter der Apfelschule verfügen über die erforderlichen Kenntnisse und Erfahrungen, um das Kursangebot bedarfsgerecht, d.h. auf die spezifischen Bedürfnisse der Kursteilnehmer ausgerichtet zu gestalten.

Weitere Informationen erfahren Sie unter: www.apfelschule.ch ,
per Mail: urs.kaiser@apfelschule.ch , oder Telefon 033 533 21 33.

6. Termine und Veranstaltungen

Datum	Zeit	Was	Wo
Donnerstag 7. April	Ganzer Tag	Tinguely-Museum	Basel
Donnerstag 21. April	9.00 – 12.00 13.30 – 17.00	Hilfsmitteltag	ABV, Metzgergasse 8, Aarau
Dienstag, 31. Mai	14.00 – 15.30	Kunsthhausbesuch Aarau Marta Riniker-Radich	Kunsthhaus Aarau
Sonntag 19. Juni	Ganzer Tag	Schiffsausflug	Bodensee
Sonntag 28. August	Ganzer Tag	Töffausflug mit Grillplausch	Fokus Plus, Fachstelle Sehbehinderung Olten
Dienstag 6. September	Nachmittag	Atelierbesuch	Aarau Umgebung
Samstag 15. Oktober	Ganzer Tag	Tag des Weissen Stockes	Aarau Umgebung
Donnerstag 20. Oktober	Nachmittag	Hilfsmittel-Halbtg	ABV, Metzgergasse 8, Aarau
Dienstag, 1. Nov.	14.00 – 15.30	Kunsthhausbesuch Aarau „Objektkunst“	Kunsthhaus Aarau
Samstag 10. Dez.	Nachmittag	Jahresabschlussfeier	In Zusammenarbeit mit SBV Sektion AG/SO und CAB

SBV-Kaffeetreff / Stammtisch

Jeweils am **zweiten** Dienstag im Monat von 14.00 bis 16.30 Uhr

Daten 2016: 12. April / 10. Mai / 14. Juni / 12. Juli / 9. August /

13. September / 11. Oktober / 8. November / 13. Dezember

Treffpunkt: Restaurant Aarauerstube, Bahnhofstrasse 78, 5000 Aarau

Kosten: Konsumation auf eigene Kosten

Anmeldung: nicht erforderlich

Kontakt: Verena Müller, Dorfstrasse 32, 4813 Uerkheim,

Tel. 062 721 51 67,

E-Mail: agso.verena.mueller@hispeed.ch

7. Erreichbarkeit und Adressen

ABV Aargauischer Blindenfürsorgeverein

Beratungsstelle

Metzgergasse 8, 5000 Aarau

062 836 60 20

info@abv-aargau.ch / Website: www.abv-aargau.ch

Öffnungszeiten Beratungsstelle

Vormittag: Montag bis Freitag von 8.30 – 11.30 Uhr

Nachmittag: Dienstag und Donnerstag 13.30 – 17.00 Uhr

Ruth Küng, Sozialberatung

Tel. 062 836 60 23

Dienstag, Donnerstag und Freitag: ganzer Tag

ruth.kueng@abv-aargau.ch

Patricia Wiedemeier, Low Vision-Rehabilitation (optische Hilfsmittel)

Tel. 062 836 60 25

Montag und Donnerstag: ganzer Tag

Mittwoch und Freitag: Vormittag

patricia.wiedemeier@abv-aargau.ch

Monika Frei, Sekretariat, Hilfsmittelshop, Freizeitangebote

Tel. 062 836 60 20

Dienstag und Donnerstag: ganzer Tag

monika.frei@abv-aargau.ch

Carmen Sidler, Leiterin Beratungs- und Geschäftsstelle

Tel. 062 836 60 24

Dienstag und Donnerstag: ganzer Tag

Mittwoch: Vormittag

carmen.sidler@abv-aargau.ch

Termine nach Vereinbarung