

AKTUELL

MAI 2023 | Nr. 1

INHALT

1. Stellenleitung	2
2. Low Vision Die optimale Beleuchtung	3
3. Sozialberatung Abschaffung VöV-Karte	4
4. Alltagshilfsmittel Festnetztelefon Geemarc CL100 Memo Voice Recorder	5
5. Termine und Veranstaltungen	6
6. Erreichbarkeit und Adressen	6

1. STELLENLEITUNG

Liebe Leserin, lieber Leser

Der Frühling hält Einzug und wir geniessen wieder wärmere, hellere und farbigere Tage.

Ein Feuerwerk von Farben durften wir an der Kunsthausführung «Blumen für die Kunst» vom 11. März 2023 erleben. An diesem besonderen Anlass werden von einer Jury ausgewählte Gemälde von Meisterfloristinnen und -floristen mit Blumen interpretiert. Unsere Kunstvermittlerin Cynthia Luginbühl hat uns einige ausgewählte Werke nähergebracht und durch die Begleitung einer Fachperson sowie einer Floristin viel Hintergrundwissen über diese Veranstaltung vermittelt. Auf unserer Webseite unter «Veranstaltungen/Galerie» zeigen wir Ihnen ein paar Eindrücke dieser besonderen Ausstellung. Die Fantasie, der Einfallsreichtum und die kunstvolle Umsetzung waren beeindruckend und faszinieren mich jedes Jahr aufs Neue.

2023 ist für die Aargauer Seehilfe ein Jahr der Veränderung: Per 1. Januar 2024 werden wir unsere Dienstleistungen am Landenhof in Unterentfelden anbieten. Im beiliegenden Informationsschreiben legen wir Ihnen unsere Beweggründe für diesen Schritt dar. Die Entscheidung ist uns nicht leicht gefallen. Es ist es uns jedoch ein wichtiges Anliegen, das Angebot für Sie nachhaltig zu sichern und unter eine professionelle und erfahrene Führung mit Entwicklungspotential zu stellen.

Für Sie ändert sich nichts. Wir behalten unseren Namen, unser Logo und die Mitarbeitenden. Der Landenhof ist sehr gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem Auto erreichbar.

Sollten Sie Fragen haben oder weitere Informationen wünschen, zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

Nun aber zu einem anderen Thema, die Schifffahrt. Auf der letztjährigen Schiffsreise haben wir in einer Umfrage zu erfahren versucht, ob die Reise auch an einem Werktag Anklang findet. Aufgrund der Resultate war es schwierig zu entscheiden, zumal wir nur die Teilnehmenden an diesem einen Tag befragen konnten. Wir haben uns nun entschlossen, die Schifffahrt versuchsweise an einem Werktag durchzuführen. Im Gegenzug haben wir den Zugersee ausgewählt, da auf diesem See Schiffe nur werktags gechartert werden können. Wir hoffen, Sie sind trotzdem wieder dabei und geniessen einen unbeschwerten Tag mit uns.

Die Einladung mit Anmeldeformalitäten finden Sie in der Anlage. Den Beitrag mussten wir aufgrund der Teuerung etwas anpassen.

Herzliche Grüsse

Monika Frei
Stellenleitung

2. LOW VISION

Die optimale Beleuchtung

Um die Selbstständigkeit zu Hause zu verbessern und die Unfallgefahr zu verringern, sind sehbehinderte Personen auf eine optimale Beleuchtung angewiesen. Gutes Licht hat nicht nur einen positiven Einfluss auf das Sehen und die Kontrastwahrnehmung, sondern auch auf das psychische Wohlbefinden.

Lichtbedarf

Sehbehinderte Personen benötigen in der Regel mehr und gleichmässigeres Licht als normal Sehende. Je kleiner die zu erfassenden Objekte sind, um so grösser ist der Lichtbedarf. Auch Wände und Decken sollten gut ausgeleuchtet sein. Raumübergänge sollten keine abrupten Beleuchtungsunterschiede aufweisen. Eine gleichmässige Raumbeleuchtung fördert die Lesbarkeit des Raumes und erhöht das Wohlbefinden der Bewohner. Bei feinen Sehaufgaben sollte eine zusätzliche bewegliche Tischleuchte eingesetzt werden.

Blendung

Sehbehinderte Personen benötigen eine möglichst blendfreie Beleuchtung. Einsehbare Lichtquellen wie die aktuell sehr verbreiteten Retro LED Lampen mit gelben Filamenten im inneren des Leuchtkörpers bewirken eine erhöhte Blendung. Aber auch Leuchtdichtenunterschiede, die beispielsweise durch Spotbeleuchtungen entstehen, führen aufgrund der starken Kontraste zu

Blendung. Optimale Lichtverhältnisse können mit einer indirekten Beleuchtung erreicht werden. Wenn Lichtquellen an glänzenden Flächen von Wänden und Möbeln gespiegelt werden, führt dies zur sogenannten Reflexblendung. Mit der richtigen Positionierung der Leuchten und geeigneten Oberflächenmaterialien kann diese Blendung verhindert werden. Weil auch direktes Tageslicht enorme Blendung hervorrufen kann, sind geeignete Sonnenschutzvorrichtungen empfehlenswert.

Einfacher Blendtest

Wenn Sie bereits mit einer Schirmmütze angenehmere Sehbedingungen erzeugen können, ist die Blendung einer Leuchte zu stark.



Raumanforderungen

Für eine blendfreie und optimale Beleuchtung ist die Gestaltung der Raumbooberflächen von grösster Bedeutung. Eine weisse Decke ist für eine indirekte Beleuchtung zwingend notwendig. Helle Raumbooberflächen mit kontrastierenden Elementen sind sinnvoll, um

besser erkannt zu werden. Damit das Tageslicht beeinflusst werden kann, ist eine steuerbare Beschattung sinnvoll.

Anforderungen an Leuchten

Leuchten sollten gut entblendet sein, das heisst die Lichtquelle sollte nicht einsehbar sein. Aus Effizienzgründen sind LED-Leuchtmittel den Halogen-Lampen, die viel Energie benötigen und Wärme produzieren, vorzuziehen. Dimmbare Leuchten sind zudem ratsam, weil die Beleuchtung individuell angepasst werden kann.

Zu vermeiden sind

- spiegelnde Arbeitsoberflächen, Wandflächen und Böden (Reflexblendung)
- ungleichmässige, wild strukturierte Materialien von Kunststeinböden, Teppichen, Tapeten
- direktes Sonnenlicht
- offene oder einsehbare Lichtquellen (Blendung)
- starke Beleuchtungsunterschiede im Gesichtsfeld
- Spotbeleuchtung (ausgeprägte Leuchtdichtenunterschiede)
- LED-Leuchten mit mehreren starken Punktlichtquellen (Erzeugen von störenden Mehrfachschatten)

Patricia Wiedemeier
Orthoptistin HF,
Low Vision Spezialistin SZB

3. SOZIALBERATUNG

Ausweiskarte für Blinde und Sehbehinderte im öffentlichen Nahverkehr (VöV-Karte)

Die VöV-Karte wird ersatzlos gestrichen

Die VöV-Karte wurde ursprünglich eingeführt, um Menschen mit Sehbeeinträchtigung die Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs ohne Begleitperson günstig zu ermöglichen. Die nationalen

Sehbehindertenorganisationen kritisieren deshalb den Entscheid der Branchenorganisation «Alliance SwissPass», die «Ausweiskarte für Blinde und Sehbehinderte im öffentlichen Nahverkehr» per Ende 2023 abzuschaffen.

Barbara Casanova
Sozialarbeiterin FH

4. ALLTAGS-HILFSMITTEL

Telefon Geemarc CL 100

Produkt-Nr. 12.063

CHF 65.00



Dieses kontrastreiche, kabelgebundene Festnetztelefon ist für Menschen mit einer Sehbehinderung und/oder Hörsehbehinderung empfohlen. Es verfügt über grosse, kontrastreiche Tasten, drei Notfalltasten sowie neun Direktwahltasten.

Beschreibung:

Abmessung: Tasten 2.5x2.5cm, 21x19cm

Display: nein

Farbe: weiss mit schwarzen Tasten und weisser Aufschrift

Gewicht: 711 Gramm

Hörgerätekompatibel: Ja, Technologie T

Lautsprecher: Ja

Lautstärke des Telefons: 85dB (Klingel)

Sprachausgabe: Nein

Stromversorgung: nur mit Router kabelgebunden plus 4 AAA-Batterien (nicht enthalten)

Technologie: Analog

Memo Voice Recorder

Produkt-Nr. 03.815

CHF 32.00



Dieser kleine, handliche Multi Memo Voice Recorder ist für Menschen mit einer Blindheit, Sehbehinderung oder Hörsehbehinderung empfohlen und eignet sich für kurze Sprachnachrichten. Die Handhabung ist einfach.

Beschreibung:

Abmessung: 8cm

Display: nein

Externer Speicher: nein

Farbe: grünes Gehäuse mit roten, gelben, blauen und schwarzen haptischen Tasten

Geschwindigkeitseinstellung: nein

Gewicht: 49 Gramm

Interner Speicher: 6 Minuten Aufnahmezeit

Kopfhöreranschlüsse: nein

Lautsprecher: ja

Lautstärke: mittel

Material: Kunststoff

Stossgeschützt: nein

Stromversorgung: 2 LR44-Knopfzellenbatterien

5. VERANSTALTUNGEN 2023

Datum	Zeit	Was und Wo	Organisation
Mittwoch 10. + 17. Mai	Ganze Tage	iPhone Basiskurs für Sehbehinderte	Apfelschule
Dienstag 15. August	Ganzer Tag	Schiffahrt Zugersee	Aargauer Sehhilfe
Donnerstag 21. Sept.	Halber Tag	Stapferhaus Lenzburg «Natur. Und wir?»	Aargauer Sehhilfe
Dienstag, 31. Oktober	Nachmittag 14.00 – 16:30	Aargauer Kunsthaus Aarau «Sammlung 23»	Aargauer Sehhilfe und Aargauer Kunsthaus Aarau

Anmeldungen

- mit dem per Post zugestellten Anmeldeformular
- per Telefon 062 836 60 20
- per E-Mail monika.frei@aargauer-sehhilfe.ch
- via Webseite <https://www.aargauer-sehhilfe.ch/veranstaltungen>

6. ERREICHBARKEIT UND ADRESSEN

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag und Donnerstag

08:30 – 11:30 und 13:30 – 16:30

Termine nach Vereinbarung

AARGAUER SEHHILFE

Metzgergasse 8 | 5000 Aarau

062 836 60 20

info@aargauer-sehhilfe.ch

www.aargauer-sehhilfe.ch

Spendenkonto IBAN CH54 0076 1016 1181 2163 2

