



Beratungsstelle für Sehbehinderte
Aargauischer Blindenfürsorgeverein
Aarau

ABV-Info Nr. 22 / März 2021

Inhaltsverzeichnis:

1. Stellenleitung – Information über Namensänderung
2. Sozialberatung
3. Low Vision Beratung
4. Alltagshilfsmittel
5. Blind-Jogging
6. Termine und Veranstaltungen
7. Erreichbarkeit und Adressen

1. Stellenleitung

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser

Sie halten das letzte ABV-Info in dieser Form in Ihren Händen. Per 1. Mai 2021 wird unser Erscheinungsbild ein anderes sein – moderner, frischer, farbiger. An der Mitgliederversammlung vom 20. Januar 2021 wurde eine Namensänderung einstimmig angenommen. Der Aargauische Blindenfürsorgeverein hat sich in den letzten Jahren von einer Fürsorgestelle zu einer Fachhilfeorganisation für sehbehinderte und blinde Menschen entwickelt. Dies möchten wir nun auch im Namen sichtbar machen.

Ab 1. Mai 2021 nennen wir uns «Aargauer Sehhilfe»



Ein überarbeitetes Logo, eine neue Webseite, ein neuer Flyer und eben ein neues Kleid für das ABV-Info. Neben all den Neuigkeiten bleibt aber Bewährtes bestehen, unser Standort, unsere Dienstleistungen, die Veranstaltungen – dies alles dürfen Sie in bisher gewohnter Qualität von uns erwarten.

Die neue Webseite wird ab dem 1. Mai 2021 unter dem Namen www.aargauer-sehhilfe.ch aufgeschaltet sein. Schauen Sie rein und lassen Sie sich überraschen. Auch das nächste ABV-Info beziehungsweise unser «SEHHILFE Aktuell», wie es in Zukunft heissen wird, können Sie auf unserer Webseite farbig und in Grossformat bequem lesen. Anmeldungen für Veranstaltungen können zukünftig bequem online getätigt werden.

Nach wie vor erhalten Sie unsere Informationen und Veranstaltungseinladungen per Post. Wenn Sie diese lieber per Mail erhalten möchten, dürfen Sie uns dies gerne mitteilen.

Bielersee Rundfahrt

Wir sind zuversichtlich, dass die traditionelle Schiffsreise auch in diesem Jahr durchgeführt werden kann. Bitte reservieren Sie sich jetzt schon den **Sonntag, 26. September 2021**. Die Einladungen mit Anmeldetalon erhalten Sie im Juni/Juli 2021.

Anmeldungen für Veranstaltungen nehmen wir gerne wie folgt entgegen: Telefonisch unter Tel. 062 836 60 20, per Mail an monika.frei@aargauer-sehhilfe.ch oder ab 1. Mai 2021 direkt mittels Anmeldeformular auf unserer neuen Webseite.

Monika Frei, Stellenleitung

2. Sozialberatung

An einer Weiterbildung des SZBlind wurde ich auf die Broschüre «Goldene Regeln, Sehbehinderung im Alter angemessen begegnen» aufmerksam gemacht.

Die 33 Goldenen Regeln richten sich an alle, die mit Menschen mit einer Sehbehinderung im Alter zu tun haben. Die Regeln helfen, ein sehbehindertenfreundliches Milieu zu schaffen, in dem die behindernden Umweltfaktoren reduziert werden und die Sehbeeinträchtigung mit ihren Folgen normal ist. Die Regeln sind getragen von der Haltung, dass eine Sehbehinderung – auch im Alter – nicht das Ende bedeutet, dass Menschen in jedem Alter lernen können und dass alte Menschen mit einer neuen Sehbehinderung eine Gegenwart und Zukunft haben, die sie möglichst selbst gestalten können.

Die Broschüre ist in Kategorien unterteilt:

- A. Sprachliche Kommunikation
- B. Bewegen
- C. Funktionale Unterstützung und Hilfe
- D. Seelische Unterstützung und Hilfe
- E. Körperkontakt

Beispielsweise wird in der **Goldenen Regel «sprachliche Kommunikation»** beschrieben, dass es an uns Sehenden ist, Menschen mit einer Sehbehinderung entgegenzugehen, den Kontakt zu schaffen und die Kommunikation zu erleichtern. Wir leiten Informationen weiter, die sich aus dem Sehen ergeben. Das gilt ganz besonders im Umgang mit Menschen, die erst seit Kurzem sehbehindert oder blind sind. Dabei berücksichtigen wir, dass Menschen, welche noch mit der Tatsache der Sehbehinderung zu ringen haben, in einer kritischen Lebenssituation sind. Dazu gibt es 8 Goldene Regeln zur sprachlichen Kommunikation.

Gerne führe ich hier die erste Regel zur sprachlichen Kommunikation auf:

- 1. Personen möglichst mit Namen Ansprechen. Beim Eintreten in ein Zimmer, im Vorübergehen und im Lift den eigenen Namen nennen. Keine «wer bin ich?» Spielchen.**

Zur dieser ersten Goldenen Regel folgen anschliessend ausführliche Beschreibungen. Auf der Website www.ksia.ch finden Sie eine Musterseite zur Broschüre.

Für Interessierte liegt auf der Beratungsstelle ein Exemplar zur Einsicht auf.
Gerne können Sie ein Exemplar über den Aargauischen Blindenfürsorgeverein bestellen.



CHF 18.00

Die **Broschüre 33 Goldene Regeln** kann auch direkt beim Herausgeber bestellt werden:

KSIA – Kompetenzzentrum für Sehbehinderung im Alter,
Bederstrasse 102, 8002 Zürich,
Tel. 044 578 44 22, info@ksia.ch, www.ksia.ch

Barbara Casanova, Sozialarbeiterin FH

3. Low Vision Beratung

Optelec Compact 10 HD / Speech

Portables Lesegerät – optional mit Vorlesefunktion



Das Compact 10 HD bietet mit seinem 10 Zoll Bildschirm, den anpassbaren Funktionen und der intuitiven Bedienung alle Vorteile eines Bildschirmlesegeräts. Auf Grund seiner geringen Grösse ist es auch gut mobil einsetzbar. Der ausklappbare Arm ermöglicht auf einem danebenliegenden Blatt zu schreiben. Auch können Medikamentenverpackungen unter den Kameraarm gehalten und abgelesen werden.

Zudem ist das Compact 10 HD mit der «Text to Speech» Funktion erhältlich, mit der Sie sich gedruckte Texte vorlesen lassen können.

Spezifikationen

- grosser 10 Zoll Touchscreen Bildschirm
- kontinuierliches Zoomen: 0.5 bis 22-fache Vergrösserung
- 3 hochauflösende Autofokuskameras für Lese-, Ganzseiten- und Objektansicht
- wieder aufladbarer Akku (durchschnittlichen Betriebsdauer bis zirka 3.5 Std.)
- Abmessungen: 262 x 187 x 32 mm (B x H x T)
- Gewicht: 915 g
- Preis: ohne Vorlesefunktion CHF 1'830, mit Vorlesefunktion CHF 2'200

Das Lesegerät kann bei uns auf der Beratungsstelle getestet werden.

Patricia Wiedemeier, Diplomierte Orthoptistin HF
Spezialisierte Orthoptistin in Low Vision

4. Alltagshilfsmittel

Wecker mit grosser digitaler Anzeige und Vibrationskissen

Art. Nr. 07.760

Preis: CHF 70.00



Dieser Artikel ist für sehbehinderte und hörsehbehinderte Menschen geeignet. Der grosszügig gestaltete Wecker mit grosser Anzeige und kurvigem Design weckt diskret durch ein Vibrationskissen und in Kombination mit einem extralauten Alarmton.

Eigenschaften

- USB-Anschluss für die Aufladung Ihres Smartphones oder anderen elektronischen Kleingeräten
- Starker Weckton (95dB) mit Lautstärke und Tonregelung
- Klingelwiederholung: Dauer der Klingel: 1 Std., falls Sie es nicht ausschalten
- 4 Alarmmöglichkeiten: Vibration + Blinklicht + Klingel / Vibration + Klingel / Vibration + Blinklicht oder nur Vibration
- LED-Display 11 x 5 cm / Anzeige 2,2 x 5 cm (rot)
- Helligkeit der Beleuchtung einstellbar
- 12h / 24h Stundenanzeige

Monika Frei, Beratung Alltagshilfsmittel

5. Blind-Jogging

Jogging-Interessierte gesucht!

Möchten Sie gerne wieder Joggen, es fehlt aber eine Begleitung? Oder Sie möchten es gerne mal ausprobieren, können sich aber nicht vorstellen, wie das funktionieren soll?

Der Verein Blind-Jogging bietet Trainings für blinde und sehbehinderte Läufer und Läuferinnen in verschiedenen Schweizer Städten an und möchte herausfinden, ob das Bedürfnis auch in der Region Aargau/Solothurn besteht. Die Trainings finden jeweils zu zweit zusammen mit einer sehenden Person statt, welche den Weg mündlich beschreibt. Zusätzlich sind Sie mit einem Band gesichert.

Vom Anfänger bis zum Profi sind alle willkommen, es sind auch begleitete Volksläufe möglich. Bei genügend grossem Interesse würde das Training in Ihrer Wohnregion oder an einem vereinbarten Ort nach Wahl stattfinden. Die Trainings dauern ca. 1 Stunde inkl. Aufwärmübungen.

Bei Interesse melden Sie sich bitte direkt bei Frau Tanja Kuhn:

tanja.kuhn@hispeed.ch

6. Termine und Veranstaltungen 2020

Datum	Zeit	Was und Wo	Organisation
Donnerstag 22. April	Ganzer Tag	Seleger Moor Rifferswil	ABV
Dienstag 18. Mai	Nachmittag 14.00 – 16.30	Kunsthhaus Aarau «Emma Kunz»	Aargauer Sehhilfe Kunsthhaus Aarau
Sonntag 26. Sept.	Ganzer Tag	Schiffahrt Bielersee	Aargauer Sehhilfe
Dienstag 19. Oktober	Ganzer Tag	Hilfsmittel-Tag	Aargauer Sehhilfe

7. Erreichbarkeit und Adressen

Aargauer Sehhilfe

Beratungsstelle für Sehbehinderte

Metzgergasse 8, 5000 Aarau

E-Mail: info@aargauer-sehhilfe.ch

Website: www.aargauer-sehhilfe.ch

Telefon: **062 836 60 20**

Öffnungszeiten Beratungsstelle

Montag, Dienstag und Donnerstag

8.30 – 11.30 und 13.30 – 16.30 Uhr

sowie Termine nach Vereinbarung

Monika Frei, Stellenleitung

Administration, Alltagshilfsmittel, Freizeitangebote

Montag, Dienstag und Donnerstag

E-Mail: monika.frei@aargauer-sehhilfe.ch

Barbara Casanova, Sozialberatung

Dienstag, Donnerstag und Freitag

E-Mail: barbara.casanova@aargauer-sehhilfe.ch

Patricia Wiedemeier, Low Vision Beratung (optische Hilfsmittel)

Dienstag, Donnerstag und Freitag

E-Mail: patricia.wiedemeier@aargauer-sehhilfe.ch