

Umfassend beraten  *selbstständig leben*

Seh 
behindertenhilfe
Basel

INFO 2-2012



**«Ohne
Blindenstock
gehe ich nirgends mehr
hin.»**

Sehbehinderte Menschen sind auf Hilfe angewiesen. Bei Anna Metzger ist Schwester Martha die wichtigste Lebensbegleiterin. Ihre Freundinnen gehen mit ihr essen, baden oder reisen.

Und als Hilfsmittel unterwegs leistet ihr der Langstock gute Dienste – sie nennt ihn liebevoll «Butler James». Beim Stocktraining unterstützte sie Marcel Studer von der Sehbehindertenhilfe Basel.



Schwester Martha ist gleichzeitig auch Kumpel und Freundin für Anna. Sie hilft ihr bei allem, was alleine nicht mehr geht.

Anna Metzger sieht mich nicht, als ich ihr im Türrahmen gegenüberstehe; sie hört aber, dass ich gross bin. Sehbehinderte Menschen sind oft Künstler im Wahrnehmen. Den fehlenden Sinn ersetzen sie so gut es geht durch ausgeprägtere andere Sinne. Anna Metzger sieht noch helles Licht, sonst erkennen ihre Augen nichts, auch keine Kontraste. Zwar ist ihr Sehnerv intakt und der Augendruck gut, doch die «Retinitis Pigmentosa», eine Erbkrankheit, zerstörte die Netzhaut und bewirkte im Laufe der Zeit ein fast totales Erblinden.

Anna war 22 als ihr in der Polyklinik diese Diagnose gestellt wurde. Sie fiel aus allen Wolken und die Aussage, diese Krankheit sei ‚unheilbar‘, empfand sie als besonders schlimm. Trotz dieses Handicaps durchlief Anna Metzger ein gewöhnliches Berufsleben. Nach der Lehre als Verkäuferin trat sie mit 18 in die PTT ein. Von der Kreistelefondirektion wechselte sie in den Radiodienst wo sie fast ihr ganzes Berufsleben im Funkbereich arbeitete. Einige Tage nach ihrem 30-Jahr-Jubiläum wurde Sie vom Chef zu einem Gespräch eingeladen. Was zuerst wie ein Würdigen ihrer langjährigen Verdienste aussah,

wechselte rasch in ein Gespräch über ein vorzeitiges Ausscheiden aus dem Arbeitsprozess – wegen medizinischer Gründe wie es hiess. «Wieso, ich bin doch nicht krank?» war Annas Reaktion. «Ja, aber ihre Augen...» entgegnete der Vorgesetzte.

Krise als Chance

Dass dieser Schritt auch Glück im Unglück sein könnte, erkannte die 49jährige erst etwas später. Gespräche mit Sozialarbeiterin, Augenarzt und Personalchef überzeugten sie, sich pensionieren zu lassen.

Und wie bewegt sich Anna Metzger heute – im Ruhestand? Sie steht fast nie ruhig. Als ‚Zwaspel‘ wie sie sich selber nennt, ist sie immer auf Achse. Jeden Mittag geht sie mit einer anderen Freundin essen, die Einkäufe erledigt sie mit ihrer Schwester Martha zudem turnt sie immer noch in der Gymnastikriege und begleitet das Team auch jedes Jahr auf den Turnerinnen-Ausflug.



Mobil sein dank Langstock

Dass die heute 63jährige für Dinge des Alltags mehr Zeit benötigt, ist klar. Immerhin putzt sie ihre Wohnung noch selber, lediglich das Fensterputzen hat sie delegiert. Damit sie sich im Zentrum von Rheinfelden fortbewegen kann, hat ihr das Langstocktraining mit Marcel Studer von der Sehbehindertenhilfe sehr geholfen. Dank diesem Hilfsmittel findet sie sich auf ihren Wegen im Zentrum zurecht. Vor zwölf Jahren beanspruchte sie erstmals die Dienste der Sehbehindertenhilfe. Zuerst erhielt sie für das Fortbewegen im öffentlichen Raum den Kurzstock: «Wenn ich mit diesem Stock unterwegs bin, sehen alle, dass ich behindert bin», erklärte sie damals einer Freundin und stellte den Stock vorerst in eine Ecke. Vor vier Jahren, das Sehvermögen hatte sich weiter verschlechtert, wechselte Anna vom kurzen auf den langen weissen Stock. Wenn sie läuft, hält sie den Stock mit Bodenkontakt vor sich und schwingt ihn schulterbreit hin und her. Das gibt ihr Sicherheit und zeigt ihr, wo Hindernisse auftauchen.

Ohne Familie geht gar nichts

Die Familie war schon immer das Zentrum in Annas Leben. Schlüsselerlebnisse waren der relativ frühe Verlust ihrer Eltern. Der Vater verstarb schon 1978 und die Mutter musste zwölf Jahre später ebenfalls gehen – eine Wunde die immer noch tief rührt, wenn Anna darüber spricht. Glücklicherweise hat sie ihre liebe Schwester Martha mit ihrem Mann, den Götlibuben Andreas mit seinen drei Kindern und die Nichte Esther. Anna bezeichnet sich trotz Sehbehinderung als Glückskind: «Ich wohne an einem schönen Ort, für mich ist gesorgt und ich bin gesund, dafür muss ich dankbar sein.»

Benjamin Kesselring



Gehen mit dem Langstock

Der lange, weisse Blindenstock schützt Blinde und Sehbehinderte im Verkehr und vor Verletzung durch Hindernisse. Insbesondere dient der ‚Langstock‘ als Orientierungshilfe. Blinde und Sehbehinderte lernen im Training für Orientierung und Mobilität individuelle Techniken und Strategien, die das Fortbewegen auf den Wegen des täglichen Lebens wieder sicher machen.

Anna Metzger hatte schon 20 Stunden Training mit dem langen weissen Stock. Da an ihrem Wohnort der Stadtpark umgestaltet wurde, musste sie danach die neuen Wege wieder antrainieren. Die Herausforderungen sind auch mit dem Stock da, sagt die Sehbehinderte: «Wenn der Weg unten frei ist, kommt oben plötzlich ein Ast». Auch Baustellentafeln sind tückisch.

Aktuell

Zur Erleichterung des Alltags offeriert die Sehbehindertenhilfe ihren Klienten eine grosse Auswahl an Hilfsmitteln: sprechende Uhren, Wecker, Waagen, Schreibhilfen, Haushaltsgeräte oder elektronische Hilfsmittel.

Eine Ausstellung dieser Hilfsmittel steht Interessierten wie Betroffenen an der Zürcherstrasse 149 in Basel zur Verfügung.

Sie ist geöffnet von Montag bis Freitag, 8 – 12 Uhr und 13.30 – 17 Uhr.

Wer eine Wartezeit vermeiden möchte, vereinbart besser telefonisch einen Beratungstermin:

Telefon 061 564 04 04.

Übrigens, wer privat oder für den Arbeits- oder Ausbildungsplatz Computerhilfsmittel benötigt, kann dies, wenn der Anspruch berechtigt ist, von der Invalidenversicherung finanzieren lassen. Mehr Infos dazu finden Sie auf

www.sbh-basel.ch/de/normal/edv-hilfsmittel/

Umfassend beraten  selbstständig leben



Seh
behindertenhilfe
Basel

Zürcherstrasse 149

4052 Basel

Tel. 061 564 04 04

info@sbh-basel.ch

www.sbh-basel.ch

Spenden-Konto: 40-7509-3

IBAN: CH27 0900 0000 4000 7509 3

Blinde und sehbehinderte Menschen

- *überwinden die Einschränkungen im Alltag*
- *gestalten ihr Leben selbstständig*
- *bleiben gesellschaftlich und beruflich integriert.*

Die Sehbehindertenhilfe Basel bietet das umfassende Angebot an Beratung, Schulung und Hilfsmitteln aus einer Hand.