

# HILFE ZUR SELBSTHILFE



Die Schweizerische Caritasaktion der Blinden (CAB) ist seit 1933 für die blinden, sehbehinderten und taubblinden Menschen im Einsatz.

Als Selbsthilfeorganisation ist die CAB seither der Ort, wo tausende von blinden, stark sehbehinderten und taubblinden Menschen gemeinsam auf dem Weg sind, unterstützt von sehenden Begleitpersonen, Helferinnen und Helfern.

Durch Weiterbildungskurse, regionale Treffen und persönliche Begleitung trägt die CAB dazu bei, dass Betroffene ihr Leben möglichst selbstständig gestalten und in der Begegnung mit anderen Mut und Kraft für den Alltag schöpfen.



## DAFÜR STEHEN WIR:

- **Führung von zwei Blindenbibliotheken in Landschlacht und Collombey**
- **Durchführung von Kursen für Blinde, Sehbehinderte und Taubblinde**
- **Beratung und Begleitung von blinden und taubblinden Menschen zuhause**
- **Führen des Internationalen Blindenzentrums in Landschlacht**
- **Unterstützung von 7 lokalen Sektionen für den Austausch und die Sinnfindung**

Mit den Händen sprechen – Lormhandalphabet.



SCHWEIZERISCHE CARITASAKTION DER BLINDEN

## DANKE FÜR IHRE



## UNTERSTÜTZUNG



Liebe Gönnerinnen und Gönner  
Jeden Tag hören wir, wie wichtig unsere Dienstleistungen sind. Das motiviert uns ständig, uns Tag für Tag für das Wohl von sehbehinderten und taubblinden Menschen einzusetzen.

### SCHWEIZERISCHE CARITASAKTION DER BLINDEN (CAB)

Schrenngasse 26 | 8003 Zürich  
Tel. 044 466 50 60  
info@cab-org.ch

**SPENDENKONTO**  
**PC 80-6507-7**  
**IBAN CH05 0900 0000 8000 6507 7**

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.

[www.cab-org.ch](http://www.cab-org.ch)



SCHWEIZERISCHE CARITASAKTION DER BLINDEN



## 5. AUSGABE 2015

# AUGENBLICKE



[www.cab-org.ch](http://www.cab-org.ch)

### IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Schweizerische Caritasaktion der Blinden (CAB)  
Schrenngasse 26, 8003 Zürich  
Tel. 044 466 50 60  
Fax 044 466 50 69  
E-Mail: info@cab-org.ch  
Postkonto 80-6507-7

**Verantwortlich:**  
Peter J. Hägler

**Redaktion:**  
Margrit Baumer

**Fotos:**  
CAB, Be My Eyes, Blitab

**Grafik:**  
Renée Reust / MailTec AG

**Abonnement:**  
CHF 5.– pro Jahr, wird von der  
Spende einmalig abgezogen.  
Erscheint 4-6 mal jährlich.



## EDITORIAL



### Liebe Leserin, lieber Leser

Für blinde, taubblinde und hörsehbehinderte Menschen ist es wichtig, ein möglichst selbstbestimmtes Leben zu führen. Viele der heutigen Technologien und Geräte helfen den Betroffenen, den Alltag unabhängig zu gestalten. Vor allem Smartphones haben für blinde und taubblinde Menschen viel verändert. Früher waren Blinde beim Surfen an einen Computer gebunden. Das Smartphone hingegen kann überallhin mitgenommen werden und ist jederzeit einsetzbar.

Viele Betroffene allerdings werden auch bei all der Technik immer auf ein helfendes Umfeld oder professionelle Betreuung angewiesen sein. Wichtig ist aber, unabhängig vom Grad der Behinderung, dass Blinde, Taubblinde und Hörsehbehinderte den Anschluss an die Gesellschaft nicht verlieren.

Denn die Welt verändert sich schnell und ständig gibt es neue Errungenschaften die es gilt auszuprobieren. Natürlich muss man nicht jedem Trend hinterherrennen, aber wir möchten Betroffene immer darin bestärken, Neues auszuprobieren.

Wir beraten Interessierte gerne über das Angebot verschiedener Schulen, die sich darauf spezialisiert haben, Computer oder Handybedienungskurse für Blinde anzubieten.

Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung!

**R. HÄUPTLI**  
Ruth Häuptli, Präsidentin

## WIE TECHNOLOGIE DEN ALLTAG



### FÜR BLINDE ERLEICHTERT



Mit der App „Be My Eyes“ helfen Sehende per Video blinden Menschen.

### Was gibt es Neues?

In den letzten Jahrzehnten hat sich im technologischen Bereich für blinde und sehbehinderte Menschen viel getan. Jährlich kommen neue Geräte und Apps auf den Markt, die speziell für Sehbehinderte entwickelt wurden. Die Neuesten und Spannendsten möchten wir Ihnen hier gerne vorstellen.

### Ich sehe etwas, was du (noch) nicht siehst

Mit der VoiceOver-Funktion können blinde und sehbehinderte Menschen viele der angebotenen Apps nutzen. Eine davon ist die „Be my Eyes“-App. Diese App setzt voll auf den Community Gedanken, indem weltweit Blinde von Sehenden profitieren. Das Prinzip ist simpel: Sehende Menschen leihen Blinden ihre Augen.

Habe ich die Tomaten- oder Kokosmilchdose in der Hand? In welcher Flasche ist das stille, in welcher das prickelnde Mineralwasser? Habe ich wirklich den roten und nicht den blauen Pulli aus dem Schrank genommen?

© Be My Eyes/Emil Jupitt, Blitab



© Blitab

### „Blitab“ ist das erste Brailletablet.

Das sind Alltagsfragen, die für Blinde und Sehbehinderte manchmal eine echte Herausforderung sind, denn nicht immer ist ein Angehöriger oder ein Nachbar gerade da, um die Frage zu beantworten. Oft ist auch das Umfeld nicht allzu gross, umso schöner, wenn man nicht immer die gleichen Personen um Hilfe fragen muss, sondern wie im Falle dieser App auf ein grosses Netzwerk zurückgreifen kann.

Und so funktioniert's: Sobald eine blinde oder sehbehinderte Person über die App eine Frage an die Community stellt, wird er per Video mit einer sehenden Person verbunden, die ihm dann seine Frage beantworten kann. Wie alltagstauglich diese in Dänemark entwickelte App tatsächlich ist, muss sich noch zeigen. Aber die Zahlen sprechen für sich: weltweit haben sich bereits über 289'000 Sehende und über 22'000 Blinde registriert.

### Im Vorbeigehen von Aktionen profitieren

Eine weitere App, die blinden Menschen einen interessanten Nutzen bringt, ist die „Beacon Zone“. Eine App, die im Bezirk Wiedikon zwischen Manesseplatz und Bahnhof Wiedikon funktioniert. 23 Geschäfte machen bei dem Pilotprojekt „Wiedikon Valley“ mit. Sobald man die App installiert und Bluetooth aktiviert hat und an einem der teilnehmenden Geschäfte vorbei geht, poppen auf dem Smartphone Nachrichten auf. Das können beim Restaurant Informationen über das aktuelle Mittagmenü sein, beim Optiker sind es z.B. Hinweise über Rabattaktionen. Einige der Geschäfte und Unternehmen haben das Potenzial dieser App für Blinde und Sehbehinderte entdeckt und senden ihre Botschaften in kurzen Audionachrichten speziell zugeschnitten aus. „Einfach an die Scheibe klopfen und Hans Schiesser kommt persönlich“, lautet z.B. die

Nachricht vom Kioskbetreiber. Oder die Axa, weist per Audionachricht darauf hin, dass die Mitarbeiter den Kunden gerne unten von der Tür abholen.

### Barrierefrei Filme erleben

Eine App, die das Herz sehbehinderter Filmfans höher schlagen lässt ist „Greta“. Bisher haben blinde und sehbehinderte Cineasten einen Film vor allem durch Dialoge und lange Pausen erleben müssen. „Greta“ nutzt die Dialogpausen und erklärt in knappen Worten Elemente der Handlung, Gestik, Mimik und visuell und dramaturgisch relevantes über den Film. Auf diese Weise können Blinde und Sehbehinderte einen Film auf ganz neue Art erleben.

Die Auswahl der „Greta“-Filme ist momentan noch überschaubar, aber es gibt bereits eine gute Mischung aus Unterhaltung und Filmen mit Tiefgang. Das Handling dieser App ist simpel: sobald die App installiert ist, erhält der Nutzer wöchentlich Infos, welche Filme aktuell am Start sind und über eine „Greta“- Audiodeskription verfügen. Diese Audiodeskription lädt man vor dem DVD-Abend oder Kinobesuch runter – und ist somit für ein barrierefreies Filmenerlebnis bestens gerüstet. Praktisch ist auch, dass die App den Film automatisch über die Tonspur erkennt und die Audiodeskription selbst bei technischen Ausfällen immer synchron zum Film abläuft.

### Das Tablet für Blinde

Auch für blinde und sehbehinderte Menschen ist die Nutzung des Internets dank technischer Hilfsmittel möglich. Da gibt es Vergrösserungsprogramme, die den Inhalt näher heranzoomen; Vorleseprogramme, die den Inhalt einer Website mit synthetischer

Stimme wiedergeben; die „Braillezeile“, eine Art Tastatur mit Blindenschrift, die hilft, den Text auf einer Homepage zu lesen. Doch diese Hilfsmittel sind teilweise teuer, unhandlich und vor allem nicht mobil.

Die Erfinderin und Projektleiterin von „Blitab“, Kristina Tsvetanova, will dies ändern und hat gemeinsam mit ihren Studienkollegen Slavi und dessen Bruder Stanislav Slavev das erste Braille-Tablet entwickelt. Das „Blitab“ ist speziell für Blinde, Taubblinde und Menschen mit einer Sehbehinderung, entwickelt worden.

Das Tablet wird gerade zum Patent angemeldet, deshalb können nur wenige Details über die Technologie hinter „Blitab“ verraten werden. Nur soviel: dank einer völlig neuartigen Bildschirmtechnologie können digitale Inhalte, aber auch Grafiken oder Pläne haptisch auf dem Bildschirm dargestellt werden. Sobald man einen Inhalt ansteuert, wachsen aus dem „Blitab“-Bildschirm kleine Blasen in Braille-schrift heraus. Diese Blasen sind so hart, dass sie mit den Fingern „gelesen“ werden können. Die Braillezeilen können jederzeit per Knopfdruck gelöscht werden und neuer Inhalt kann angezeigt werden. Die integrierte Braille-Konvertierungssoftware kann Inhalte direkt von einer Website oder von einem USB-Stick (Word- oder PDF-Dokument) übersetzen und auf dem „Blitab“-Bildschirm darstellen.

Die Erfinder von „Blitab“ haben mit ihrer Idee bereits dutzende internationale Awards und Auszeichnungen gewonnen und hoffen, dass möglichst bald genügend Investoren gefunden werden können, um „Blitab“ wie geplant Ende 2016 auf den Markt zu bringen.

**Be My Eyes:** Kostenlose App für iOS (iPhone und iPad). Android-Lösung ist in Arbeit. [www.bemyeyes.org](http://www.bemyeyes.org)

**Beacon Zone:** Kostenlose App für iOS (iPhone und iPad) und Android. [www.beaconzone.io](http://www.beaconzone.io)

**Greta:** Kostenlose App für iOS (iPhone) und Android. [www.gretaundstarks.de/greta](http://www.gretaundstarks.de/greta)

**Blitab:** Markteinführung ist Ende 2016 geplant. [www.blitab.com](http://www.blitab.com)

Quellen: Be My Eyes, Beacon Zone, Greta, Blitab

## DIE KURSE DER CAB – LEBENSFREUDE



### FÜR JUNG UND ALT



#### Eine Woche voller Spass

Die „Begegnungswoche der Jugend“ war auch dieses Jahr wieder ein voller Erfolg. Aus der Schweiz, Österreich und Südtirol haben sich über 30 Jugendliche am Bodensee während einer Woche kennenlernen und Erfahrungen teilen können.

Es gab Vorträge zu dem Kursmotto „Leben in der Wüste“ und Ausflüge in die nähere Umgebung. Besonders wichtig war für die Jugendlichen der persönliche Austausch untereinander. Die Gruppe hat sich sofort super verstanden und es gab eine sehr gute Gruppendynamik. Jeder hat dem anderen geholfen, wenn er bei einer Übung nicht mehr weiter gekommen ist. Es wurde viel gelacht und das gemeinsame Fazit nach der Begegnungswoche war einhellig: „Nächstes Jahr kommen wir wieder!“.

#### Wichtige Fähigkeiten für den Alltag trainieren

Im Mai dieses Jahres hat im IBZ (Internationales Blindenzentrum) in Landschlacht wieder die „Bewegungswoche“ stattgefunden. Der 1-wöchige Kurs war vollgepackt mit sportlichen und geistigen Aktivitäten und Ausflügen in die wunderschöne Bodensee-Umgebung. Am Abend gab es Vorlesungen, Konzertbesuche oder einfach ein gemütliches Beisammensein.



Ein besonderes Highlight waren wie immer die Wassergymnastikstunden, da die meisten Teilnehmer zuhause nicht die Möglichkeit haben, solch einen Kurs zu besuchen. Die Übungen im Wasser fördern Gleichgewicht, Ausdauer, Stehvermögen, Beweglichkeit und geben den Kursteilnehmern ein sicheres und gestärktes Auftreten.

Viele Teilnehmer waren auch positiv von den internationalen Volkstänzen überrascht und haben sich richtig mitreissen lassen. Durch das Tanzen wurden Körpermuskeln gelockert, das Rhythmusgefühl trainiert und das Erinnerungsvermögen durch das Merken von verschiedenen Schrittabfolgen gefördert.

Wer nach den Aktivstunden noch nicht genug hatte, der konnte die Gegend auch noch mit dem Tandem erkunden. Gemeinsam mit einem Zivildienstleistenden wurde jede Tour auf das individuelle Leistungsvermögen abgestimmt.

Jeder Teilnehmer hatte bei den Lektionen einen persönlichen Begleiter, das gab den Teilnehmern Sicherheit und einen tollen Lernerfolg. Auch die anfängliche Unsicherheit bei einigen Kursteilnehmern, konnte mit speziellen Einzel- und kleinen Gruppentrainings schnell beseitigt werden.



Der Bewegungskurs der CAB ist für die Teilnehmer von grosser Bedeutung. Die einzelnen Programmpunkte sind so aufgebaut, dass auf die unterschiedlichen körperlichen Verfassungen der Teilnehmer Rücksicht genommen werden kann. Das ist vor allem für Menschen, die aufgrund ihres Alters oder ihres Leistungsvermögens eingeschränkt sind besonders wichtig.

