CAB
Schweizerische Caritasaktion der Blinden

AUGEN BLICKE

NOVEMBER, 4. AUSGABE 2018

Urs Senn, blind

CAB-Beratungen sind wertvolle Stütze

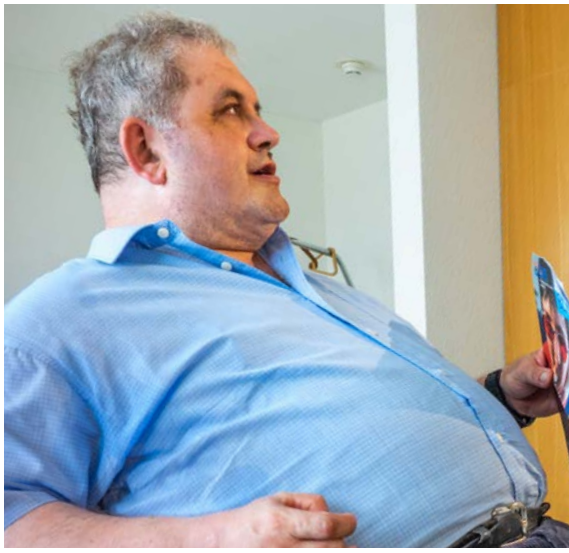
«Es ist schön, dass mir jemand z

Urs Senn kam mit einem Grauen Star zur Welt. Der 55-Jährige ist praktisch blind und trotz bemerkenswerter Selbständigkeit auf Hilfe angewiesen. Die Dienstleistungen der CAB sind für ihn von unschätzbarem Wert.

Der Alltag eines blinden Menschen ist hürdenreich. Das weiss Urs Senn, der seit Geburt praktisch blind ist. Er selbst bezeichnet sich als stark sehbehindert und spricht offen über seine Einschränkung, die ihm mal mehr, mal weniger zu schaffen macht. Der Mittfünfziger ist ein humorvoller und interessierter Mensch, der sich gerne ein Bild von seinem Gegenüber macht und beim Gespräch stets den Kopf in jene Richtung wendet, aus der er die Stimme vernimmt. In seiner Freizeit ist Urs Senn politisch aktiv, schreibt Gedichte und frönt einer aussergewöhnlichen Leidenschaft: Er strickt für sein Leben gern. «Ich bin kein Kind von Traurigkeit», bestätigt er. «Sonst hätte ich nicht so viele Hürden im Leben gemeistert. Und diese lauern ständig und überall.»

Von klein auf gelernt sich zu wehren

Das beginnt schon bei der Morgentoilette, denn Urs Senn kann nicht erkennen, ob die Rasur gelungen ist. Er legt Wert darauf, dass er anständig gekleidet, rasiert und gekämmt ist. Trotzdem gelingt ihm das aufgrund seiner Sehschwäche nicht immer. Dafür kritisiert zu werden, empfindet er verständlicherweise als kränkend. Doch er hat gelernt, damit umzugehen und sich ein dickes Fell zugelegt. Gute Nerven benötigt er auch, um seinen Arbeitsweg zu bewältigen. An seinem Wohnort in Wetzikon steigt er in den Zug und wechselt im Zürcher Hauptbahnhof ins Tram. Was schon für Sehende ein hektisches Unterfangen darstellt, ist für sehbeeinträchtigte Menschen ein wahrer Spiessrutenlauf. Es kommt regelmässig vor, dass er trotz seines weissen Stocks angerempelt wird. «Manchmal wähle ich einfach einen Umweg, um dem Getümmel am Hauptbahnhof aus dem Weg zu gehen. Und notfalls mache ich mich mit lauter Stimme bemerkbar», erklärt er und lacht. Schon von klein auf hat er gelernt, sich zu wehren. Nach der obligatorischen Schulzeit absolvierte er als erster Sehbehinderter im Kanton Zürich die KV-Prüfung und schloss diese mit der Note 4.9 ab – in Branchenkunde sowie in Stenografie erzielte er sogar die Note 6. Diese besondere Stärke kommt ihm heute noch zugute – ab 1988 arbeitete er mit einem 100 %-Pensum am Bezirksgericht Zürich. Behinderungsbedingt musste er das Pensum 2010 auf 50 % reduzieren. Seither ist er an drei Tagen in Zürich am Bezirksgericht tätig und an zwei Tagen im IWAZ in der Behindertenwerkstatt, wo er seit einigen Jahren auch wohnt. Bis 2010 lebte er bei den Eltern. Vor drei Jahren ist sein Vater gestorben. Für seine Mutter ist es einfacher, ab und an bei ihm vorbeizuschauen und punktuell Hilfe zu leisten oder einfach nur etwas mit ihrem Sohn zu plaudern.



Nicht um Begleitung betteln müssen

1995 machte ihn seine damalige Freundin auf die CAB aufmerksam. Seither besucht er mindestens einmal pro Jahr einen Kurs. «Das Angebot ist für mich sehr wichtig. Wenn man eine Sehbeeinträchtigung hat, ist man für Aktivitäten oder Ferien auf Begleitung angewiesen. Für mich ist es jedoch mühsam, wenn ich darum betteln muss, dass mich jemand begleitet. In den Kursen der CAB gehört die Begleitung dazu. Zudem ist es keine Betreuung, sondern eine Begleitung. Das ist ein grosser Unterschied», betont Urs Senn, da er viel Wert auf Selbstbestimmung legt.

Jemand, der einem zuhört

Trotz seiner optimistischen Grundhaltung kennt er auch schwierige Zeiten. Gesundheitliche Rückschläge wie die rechtsseitige Taubheit nach

uhört»

einem Hörsturz 2010 und die schwere Hüftoperation 2017 oder emotionale Tiefs setzen ihm zwischenzeitlich zu. Urs Senn macht keinen Hehl daraus, dass er sich nach einer Paarbeziehung sehnt. Speziell in solchen Phasen sind die Beratungen der CAB eine wertvolle Stütze (siehe Interview in dieser Ausgabe). Einmal pro Monat trifft er sich mit der CAB-Beraterin Evelin Hösli zum Gespräch – bei Bedarf kann er sich auch zwischendurch bei ihr melden. «Frau Hösli stellte sich Anfang Jahr als neue Beraterin der CAB vor. Seither treffen wir uns regelmässig. Das Gesprächsangebot ist für mich sehr wertvoll. Frau Hösli kann ich anrufen und ihr sagen, was mich beschäftigt. Es ist schön, jemanden zu haben, der einem zuhört. Manchmal reicht es auch schon, wenn ich ihr in einer Stresssituation meine Gedanken mitteilen kann. Gemeinsam finden wir dann heraus, was mir in diesem Moment guttun würde. Dieses Angebot entlastet auch meine Familie, denn Frau Hösli hat einen ganz anderen Blickwinkel und ist weniger stark involviert als meine Mutter oder meine Geschwister. Manchmal hilft mir Frau Hösli aber auch bei ganz praktischen Dingen, indem wir beispielsweise zusammen die Post durchgehen.»

Kolumne

Er kam nicht vom Walde her

Von jeher war Nikolaus mein Liebling der Adventfamilie. Den rundum knuddeligen Bischof beneide ich sehr um seine Berufung, mit kleinen Gaben Freude zu verschenken. Meine Blindheit liess ihn mir über viele Jahre verschwinden. So organisierte ich am letztjährigen 6. Dezember einen begleiteten Stadtbummel, in der Hoffnung, einem lebendigen Klaus zu begegnen. Doch trotz längerer Suche war mir kein gütiger Händedruck von einem beschert. Auf meinen Zug wartend, vernahm ich eine an mich gerichtete Männerstimme. Kommunikativ unterstützt von meiner Begleiterin Lisa, erfuhr ich, dass Franz, ein mir gut bekannter Tixi-Fahrer mich begrüsste. Zufällig reisten wir mit dem gleichen Zug. Der Gute begleitete mich bis nach Hause. Am Arm von Franz eingehängt, spürte ich seine grosse, stattliche Figur. «Du wärest ein wunderbarer Nikolaus!», gab ich ihm bekannt. Lächelnd erwiderte er, dass er dieses Amt während vieler Jahre gerne ausgeübt hatte. Er bedauerte, dass er heute leider kein Klaussäckli für mich habe. An meinem Wohnhaus angekommen, verabschiedeten wir uns in beidseitiger Freude über diese spontane Begegnung. Plötzlich legte Franz mir behutsam zwei Riegel in meine Hände. Sprachlos war ich zu Freudentränen gerührt über diese liebevolle Geste eines Nikolauses, der gar nicht aus dem Walde kam.

Christine Müller, taubblind

CAB-Beraterin Evelin Hösli im Gespräch

Der Mensch im Zentrum

Sehbehinderte, blinde und taubblinde Menschen können bei der Schweizerischen Caritasaktion der Blinden (CAB) niederschwellige und alltagsnahe Beratungen in allen Lebenslagen beanspruchen. Im Interview äussert sich CAB-Beraterin Evelin Hösli über ihre Tätigkeit.

Evelin Hösli, Sie verstärken seit Mitte Oktober 2017 das Beratungsteam der CAB. Was hat Sie dazu bewogen, sich dieser Herausforderung zu stellen?
Die Sozialberatung der CAB bietet ein wichtiges Angebot für sehbehinderte, blinde und taubblinde Menschen. Hier steht die individuelle Lebenssituation der Klientinnen und Klienten im Zentrum, was mir persönlich ein wichtiges Anliegen ist. Das bedeutet, dass ich als Sozialarbeiterin gemeinsam mit den Beratungssuchenden deren individuelle Situation sowie deren Bedürfnisse ganzheitlich erfasse. Daraus entwickeln wir gemeinsam Lösungen und planen weitere Schritte. Damit ist eine niederschwellige, praktische und nachhaltige Beratung gewährleistet.

Die Beratungen der CAB umfassen alle Lebenslagen der Ratsuchenden. Worin bestehen Ihre Hauptaufgaben?
Die Lebenslagen und Bedürfnisse der Klientinnen und Klienten sind individuell und unterschiedlich, dementsprechend sind auch die Themen in der Beratung sehr vielseitig. Häufig geht es um Fragen zum Wohnen, zur sozialen Vernetzung oder zu Finanzen. Dazu gehören beispielsweise Hilfestellungen für das Wohnen zu Hause oder wenn jemand nicht mehr selbstständig wohnen kann, Fragen zu Sozialversicherungen und anderen Unterstützungsleistungen, zu Hilfsmitteln oder zu Angeboten und Aktivitäten für hör- und sehbehinderte Menschen. Es werden auch oft einfach die Sorgen und Gedanken von Alltäglichem zum Thema. In der Beratung geht es darum, Prozesse zu begleiten, Ressourcen zu fördern und Menschen in ihrer Selbstständigkeit zu stärken.

Wie kommunizieren Sie mit Ihren Klientinnen und Klienten?
Ich habe mir bei meiner früheren Tätigkeit mit sinnesbehinderten Menschen die Grundzüge der Gebärdensprache angeeignet. Um auch Menschen mit einer Seh- und Hörbeeinträchtigung beraten zu können, habe ich kurz nach meinem Eintritt bei der CAB das Lorm-Alphabet gelernt. Neben der Lautsprache und dem Austausch in Schwarzschrift sind diese beiden Kommunikationsformen wichtige Bestandteile meiner Tätigkeit in der Sozialberatung der CAB.

Ihre tägliche Arbeit fordert viel von Ihnen ab. Was motiviert Sie, sich Tag für Tag zu engagieren?
Ich empfinde die Zusammenarbeit mit sinnesbeeinträchtigten Menschen als sehr spannend und bereichernd. So wurde mir beispielsweise im Gespräch mit blinden Klientinnen und Klienten klar, wie stark ich mich als sehender Mensch von der visuellen Wahrnehmung bestimmen lasse und dass ich meinen anderen Sinnen wieder vermehrt Aufmerksamkeit schenken will.

Evelin Hösli, vielen Dank für das Gespräch und Ihr Engagement.

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Im November ziehen Nebel auf, es wird kälter und auch dunkler. Die eine oder andere Kerze erhellt das Gemüt und nicht wenige denken schon an den Samichlaus – wie unsere Kolumnistin Christine Müller. Irgendwie scheint der November zwischen den Jahreszeiten zu liegen: Die einen erinnern sich wehmütig an den Sommer, die anderen können die kommende Weihnachtszeit kaum erwarten. Der praktisch blinde Urs Senn nimmt zu jeder Jahreszeit den umständlichen Weg von seinem Zuhause in Wetzikon zu seinem Arbeitsplatz in der Stadt Zürich unter die Füsse – manchmal ein Spiessrutenlauf. Das Porträt über den Mittfünfziger zeigt auf, wie wichtig gerade für sinnesbeeinträchtigte Menschen der soziale Austausch ist. Urs Senn weiss das Beratungsangebot der CAB zu schätzen. Was dieses niederschwellige und kostenlose Angebot umfasst und wie wichtig es ist, beschreibt die Sozialarbeiterin Evelin Hösli im Interview. Auch die Aktivitätskurse der CAB fördern soziale Kontakte. Urs Senn nimmt regelmässig daran teil. Diese Kurse kann die CAB nur dank Spenden bereitstellen. Legate und Erbschaften bilden ebenso eine wertvolle Stütze, wie der entsprechende Beitrag aufzeigt. Bekanntlich spaltet der November die Gemüter, aber an der Themenvielfalt von AUGENBLICKE ändert er nichts.

R. HÄUPTLI

Ruth Häuptli, Präsidentin

Syndrom des trockenen Auges

Worum geht es?
Als Syndrom steht das trockene Auge nicht für eine Krankheit, sondern für einen Zustand – einen störenden Zustand, der auf eine ungenügende Produktion an Tränenflüssigkeit hinweist. Es kann sich auch um eine Störung des dreischichtigen Tränenfilms handeln, der sich durch äussere oder innere Ursachen verändert hat. Zu den häufigsten Ursachen zählen Umweltbelastungen, Kontaktlinsen, Vitamin-A-Mangel, Allergien, bestimmte Medikamente, altersbedingte hormonelle Umstellungen und einige mehr.

Wie sehen die typischen Symptome aus?
Für gewöhnlich bestehen die ersten Symptome in einer Rötung der Augen, begleitet von einem Brennen und einem Fremdkörpergefühl. Sofern die Symptome anhalten, können sie sich ausweiten und werden teilweise als belastend empfunden. Je länger die entzündlichen Prozesse fortbestehen, desto ausgeprägter entwickelt sich die Trockenheit der Augen. Bei schwerem Verlauf kann das Syndrom des trockenen Auges zu dauerhaften Augenschäden führen.

Mögliche Therapie?
Ist der Tränenfilm beeinträchtigt, zielt die Therapie darauf ab, die Lipidschicht durch Tränenersatzmittel oder Augensprays zu stabilisieren. Mit Tränenersatzmitteln wird eine ungenügende Produktion von Tränenflüssigkeit ergänzt. Auch eine Lidrandhygiene kann dem Zustand des trockenen Auges entgegenwirken. Liegen Entzündungen vor oder weiten sich die Symptome aus, muss die Therapie entsprechend ausgeweitet werden.

Gutes Tun…
…über das Leben hinaus

Spenderinnen und Spender sind für stark sehbehinderte, blinde und taubblinde Menschen eine wichtige Stütze auf ihrem oftmals hürdenreichen Weg. Legate und Erbschaften zugunsten der Schweizerischen Caritasaktion der Blinden (CAB) bekommen als Unterstützungsmöglichkeit eine immer grössere Bedeutung.

Wer macht sich schon gerne Gedanken über die eigene Vergänglichkeit? Das Verfassen eines Testamentes schieben wir denn auch gerne ein wenig vor uns her. Doch es macht Sinn, sich in aller Ruhe Gedanken über den letzten Willen zu machen und zu Lebzeiten für Klarheit zu sorgen.

Gestaltungsmöglichkeiten nutzen
Viele Menschen berücksichtigen in ihrem Testament nebst ihren Familienangehörigen auch wohltätige Institutionen. Sie sagen: «Ich hatte ein gutes Leben und ich bin sehr dankbar dafür. Deshalb möchte ich etwas weitergeben und habe in meinem Testament auch ein Hilfswerk mit einem Legat bedacht.»

Eine Begünstigung der CAB im Testament hinterlässt Spuren und führt stark sehbehinderte, blinde und taubblinde Menschen aus ihrer Isolation. Bei Fragen dazu steht Ihnen eine Vertrauensperson jederzeit sehr gerne für ein unverbindliches Gespräch zur Verfügung.

Mit einem Legat zugunsten der CAB eine bessere Zukunft für sehbehinderte, blinde und taubblinde Menschen gestalten.

Vielen herzlichen Dank
für Ihre Spende.

Dank Ihrer Spende können hörsehbehinderte und taubblinde Menschen am aktiven Leben teilnehmen.

Mit **100** Franken ermöglichen Sie die Begleitung eines blinden Menschen an einem Wochenende.

Mit **50** Franken für Begegnungstage geben Sie einem taubblinden Menschen viel Kraft

Mit **35** Franken an die Kurskosten schenken Sie einem hörsehbehinderten Menschen Lebensfreude.

Spendenkonto PK 80-6507-7
IBAN CH05 0900 0000 8000 6507 7

Online-Spendenmöglichkeit :
www.cab-org.ch (Helfen)

IMPRESSUM

Herausgeberin:
Schweizerische Caritasaktion der Blinden (CAB)
Schrennengasse 26, 8003 Zürich
Telefon 044 466 50 60
Fax 044 466 50 69
E-Mail: info@cab-org.ch

Verantwortlich: Rudolf Rosenkranz
Redaktion: Erica Sauta, Martin Hürzeler
Fotos: Jiři Vurma, CAB
Grafik: KplusH, Markus Kuhn

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