CAB
Schweizerische Caritasaktion der Blinden

AUGEN BLICKE

MÄRZ, 1. AUSGABE 2022

Roger Fuchs, stark sehbeeinträchtigt

CAB-Kurse schaffen wertvollen Ausgleich

Roger Fuchs
«Die CAB beglückt mein Sportlerherz»

Ein nicht erkannter Augeninfarkt führte beim leidenschaftlichen Sportler Roger Fuchs zu einer stetigen Abnahme der Sehkraft. In den Kursen der CAB kann er seine sportlichen Ambitionen weiterhin ausleben – zum Glück für ihn und seine Frau Anita.

Gerne hat sich Roger Fuchs für ein Porträt im AUGENBLICKE bereiterklärt. Der stark sehbeeinträchtigte 63-Jährige ist begeistert von den Angeboten der CAB. Er lebt zusammen mit seiner Frau Anita und Katze Mausi in Solothurn, wo er die AUGENBLICKE Redaktion zum Interview empfängt. Noch bevor Anita Fuchs das Mineralwasser auf den Tisch gestellt hat, sprudelt es aus ihm heraus: «Ich finde die CAB eine wirklich tolle Organisation. In ihren sportlichen Kursangeboten werden die individuelle Stärkeklasse und die persönliche Fitness berücksichtigt. So können alle mitmachen.» Sport ist Roger Fuchs sehr wichtig. Nach dem krankheitsbedingten Verlust seiner Sehkraft war während einiger Zeit vieles nicht mehr möglich. «Dank der CAB kann ich heute meine sportlichen Ambitionen wieder ausleben – das macht mich glücklich.» Eine beeindruckende Aussage zu Beginn des Gesprächs. Anita Fuchs nickt bekräftigend. Sie erlebt ihren Mann immer sehr zufrieden und aufgestellt, wenn er aus den Kursen nach Hause zurückkehrt.

Folgenschwerer Augeninfarkt

Rückblende: 1958 in Zürich geboren hat Roger Fuchs eine Maurerlehre absolviert, sich zum Eisenbeton- und Tiefbauzeichner weiterbilden lassen und die Erwachsenenmatur abgeschlossen. Lernen sei für ihn auch heute noch sehr wichtig, sagt er. Schon seit jeher schlummert im «Seebueb» ein Sportlerherz. Schwimmen, Segeln und Klettern zählten zu seinen Lieblingssportarten. Halbe Sachen gab es bei ihm nicht. Er nahm mehrmals an der Zürcher Seeüberquerung teil und gab während drei Jahren als Skiff beim Rennrudern den Takt an. Alles lief gut: 1980 lernte er Anita kennen, die beiden heirateten und bekamen zwei Kinder. Beruflich wechselte er nach seinem Einstieg als Hilfsbauführer zu einem Baumaterialhandelsunternehmen. Während 27 Jahren war er im Verkauf und in der Beratung tätig. Die Kunden schätzten sein fundiertes Fachwissen und seine herzliche Wesensart. 2006, als 48-Jähriger, erlitt er einen Augeninfarkt im rechten Auge. Weil das linke Auge den Sehausfall kompensierte, wurde der Venenverschluss erst ein Jahr später entdeckt. Auch ein Eingriff konnte das

Auge nicht mehr retten. Zusätzlich führte ein Grüner Star zu einem weiteren Rückgang der Sehkraft.

Stärkeklasse Espresso

Trotz mehrerer Operationen nahm Roger Fuchs' Sehvermögen stetig weiter ab. Heute ist ihm ein Sehrest von lediglich 20 % auf dem linken Auge geblieben. Er musste seine geliebte Arbeit und die sportlichen Aktivitäten aufgeben. «Der Umstieg war schon hart», erinnert er sich. Er wollte und musste lernen, praktisch ohne Sehkraft möglichst selbständig im Alltag zurechtzukommen. Dafür besuchte er unter anderem den Milestonekurs (Blindenhilfsmittel, Anmerkung der Red.) der CAB und wurde auf deren Gesamtprogramm aufmerksam. «Ich meldete mich natürlich gleich zum Sommer-Aktivkurs an», erklärt Roger Fuchs und schmunzelt. «Hier schätzte ich das Tandemfahren besonders. Der Kursleiter hatte drei Stärkeklassen festgelegt und sie nach «Espresso», «Kafi crème» und «Capuccino» benannt.» Roger Fuchs machte bei der Espresso-Gruppe mit und war auf Anhieb begeistert von der guten Stimmung, der 1:1-Begleitung durch Freiwillige und vom hohen sportlichen Anspruch. «Die Begleitpersonen sind hervorragend geschult im Umgang mit blinden und sehbehinderten Menschen. Man fühlt sich jederzeit sicher und kann das Erlebnis voll geniessen.» Seither hat Roger Fuchs an verschiedenen Kursen teilgenommen – auf Anregung seiner Frau sogar an einem Kreativkurs. Anita Fuchs bestätigt: «Die CAB-Kurse tun Roger sehr gut und sind positiv für uns beide.» Dem Ehepaar ist bewusst, dass die Hauptlast der alltäglichen Arbeiten auf Anita Fuchs' Schultern liegt. Deshalb schenken die Kurse auch Roger Fuchs' Frau willkommene Auszeiten. Gegenüber dem Kreativkurs hatte er jedoch grosse Vorbehalte. Trotzdem liess er sich darauf ein. Er entdeckte in der Japanischen Faltkunst Origami eine neue Leidenschaft und bekam den Übernamen «Falten-Roger». Nomen est omen: In den CAB-Kursen kann sich Roger Fuchs trotz Einschränkung wieder voll entfalten.

KOLUMNE

Doch noch an die Sonne

Stehend am Balkongeländer, freute ich mich an wiedergekehrten Düften und Vogelgesängen. Ich zog grosse Happen dieser belebenden Energie ein. Leider erreichte mich die im Wetterbericht prognostizierte Sonne an diesem Ort nicht. Frisch belebt fühlte ich mich deshalb noch gar nicht. Für einen selbstständigen Spaziergang beurteilte ich mich noch zu untrainiert. Weder Alex noch Claudia erreichte ich telefonisch, um sie um eine Spazierbegleitung anzufragen. Kurz verweilte ich noch auf dem kühlen Balkon, bis Leben in mich und ein Lachen ins Gesicht sprang. Frischen Kaffee goss ich in das einstige Essiggurkenglas, packte es zusammen mit einer, nein mit zwei Reihen Schoggi in den Rucksack und rief das Taxi. Kissen, Sonnenschutz kamen auch mit auf die Reise. Der Taxifahrerin überliess ich den Ort, wohin sie mich zu einer Sonnenbank führen sollte. Gar nicht weit weg war so eine Idylle gefunden. Im Rücken der Wald, vor mir eine grosse, bunte Frühlingswiese, über die man den Weitblick bis zum Bodensee hatte, beschrieb mir die Taxifahrerin meine Umgebung. Gemütlich richtete ich es mir unter dieser Frühlingswonne ein. Triumphierend über blinde Barrikaden, trank ich den Kaffee aus dem Essiggurkenglas, liess meinen Gaumen von der Schokolade verwöhnen und feierte mit dem Frühling ein Willkommensfest.

Christine Müller, taubblind

Spiele für blinde und sehbeeinträchtigte Menschen sind taktil und damit perfekt zu ertasten.

Neues Kursangebot: **Quiz- und Spieltage**

Die CAB setzt alles daran, blinden, sehbeeinträchtigten und taubblinden Menschen ein möglichst breites Spektrum an Kursen anzubieten. Deshalb nehmen die Verantwortlichen regelmässig neue Angebote ins Programm auf – im 2022 zum Beispiel die Quiz- und Spieltage.

«Der Mensch ist nur da ganz Mensch, wo er spielt», sagte einst Friedrich Schiller. Spielen ist für die kindliche Entwicklung sehr wichtig und prägt einen bis ins Erwachsenenleben. Aber wie können blinde, sehbeeinträchtigte und taubblinde Menschen bei jenen Spielen mitmachen, die Sehkraft voraussetzen?

Die CAB macht's möglich

Die CAB-Kurse sind bei Betroffenen generell sehr beliebt. Die Teilnehmenden schätzen insbesondere das bedürfnisgerechte Angebot, den Austausch mit Gleichgesinnten, die wertvolle 1:1-Begleitung und die herzliche Professionalität der spezialisierten Kursleitenden. Zudem wissen sie, dass sich die CAB immer wieder Kurse zu neuen Themen einfallen lässt. Deshalb wird das Jahresprogramm jeweils mit grosser Spannung erwartet. Zu den neuen Ausschreibungen im 2022 zählen die Quiz- und Spieltage.

Spielen fördert das Selbstbewusstsein

Das fünftägige Kursangebot richtet sich an alle, die Gesellschafts-, Strategie- und Kartenspiele mögen. Für Theres Raimondi, seit 6 Jahren Kursleiterin bei der CAB, entspricht das Thema einem grossen Bedürfnis: «In sämtlichen mehrtägigen Kursen der CAB bieten wir jeweils ein Abendprogramm mit Spielen an. Das Angebot ist freiwillig. Die Teilnehmenden können den Abend auch individuell gestalten. Trotzdem nehmen immer die meisten an den Spieleabenden teil. Das zeigt, wie gerne auch sinnesbeeinträchtigte Menschen mit anderen spielen. Spielen fördert den Gemeinschaftssinn, stärkt das Selbstbewusstsein, macht Spass und lässt einen die Alltagssorgen vergessen. Zudem werden Hirnfunktionen wie Gedächtnistraining und Reaktionsfähigkeit trainiert. Unter diesen Gesichtspunkten haben die Verantwortlichen bei der CAB beschlossen, die Abendunterhaltung zu einem Hauptthema für einen Kurs zu machen. Es war mir eine Freude, das Programm auszuarbeiten.»

Taktile Würfel und Spiele in Brailleschrift

Mit viel Fantasie und Erfahrung stellte Theres Raimondi das Programm für den fünftägigen Kurs in Einsiedeln zusammen. «Natürlich stehen verschiedene Gesellschafts-, Strategie- und Kartenspiele im Vordergrund. Die CAB verfügt über jede Menge Spiele in blindengerechter Ausführung. Also zum Beispiel Spiele in Brailleschrift oder taktile Würfel. Zu den zusätzlichen Programmpunkten zählen ein Ausflug ins Spielzeugmuseum in Zürich, Spaziergänge in der näheren Umgebung und ein Besuch des Klosters Einsiedeln. Spass und Freunde sind also garantiert.»

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

Nach den kalten, dunklen Wintermonaten ist die Sehnsucht nach grünen Wiesen, wärmeren Temperaturen und nach Sonnenschein gross. Kaum kündigen sich im Frühling die ersten Sonnentage an, zieht es die Menschen wieder zu einem Spaziergang nach draussen. Für Blinde, Sehbeeinträchtigte und Taubblinde kann schon ein solch scheinbar selbstverständliches Vorhaben eine grosse Hürde darstellen – lesen Sie dazu die Kolumne der taubblinden Schreibkünstlerin Christine Müller. Auch Gesellschaftsspiele in einer fröhlichen Runde sind für sinnesbeeinträchtigte Menschen ein schwieriges Unterfangen. Denn die allermeisten Spiele setzen Sehkraft voraus. Das neue Kursangebot «Quiz- und Spieltage» soll den Betroffenen diese beglückenden Erlebnisse ermöglichen – mehr dazu erfahren Sie in dieser Augenblicke-Ausgabe. Ein regelmässiger Kursteilnehmer ist der stark sehbeeinträchtigte Roger Fuchs. Wie der sportbegeisterte 63-Jährige die Herausforderungen des Alltags bewältigt, können Sie im Porträt nachlesen. Sie sehen es: Wiederum haben wir Themen so bunt wie ein Frühlingsstrauss für Sie aufbereitet. Ich bedanke mich für Ihr Interesse und wünsche Ihnen eine eindrückliche Lektüre – vielleicht sogar an einem Plätzchen an der Sonne?

R. HÄUPTLI

Ruth Häuptli
Präsidentin

Neue Displays der SBB: **Auch für Blinde zugänglich**

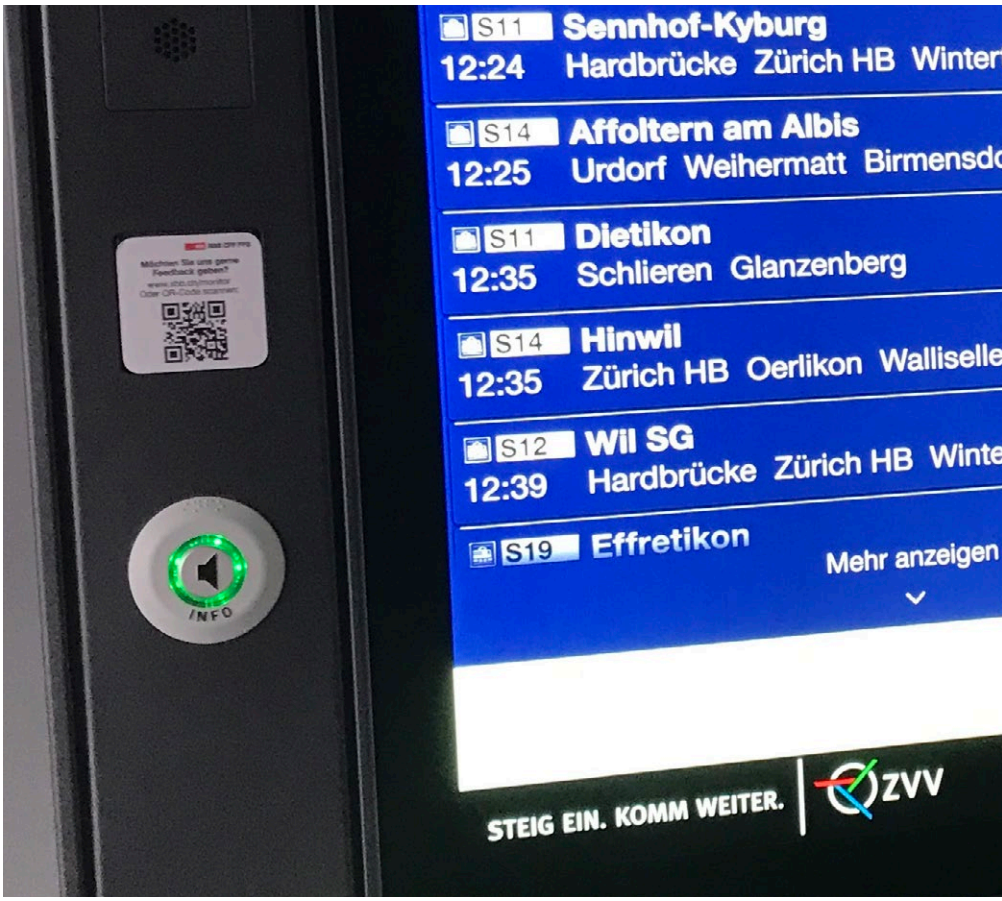
Die gelben Fahrplanaushänge im öffentlichen Verkehr sind für Menschen mit einem kleinen Sehvermögen kaum lesbar. Blinden ist diese Fahrplaninformation ganz vorenthalten. Eine neue innovative Technologie bringt mehr Zugänglichkeit.

Haben Sie am Bahnhof vielleicht schon eine der neuen elektronischen «Abfahrtstafeln» entdeckt? Die SBB installiert bis Ende 2022 an insgesamt 500 kleinen und mittelgrossen Bahnhöfen diese sogenannten Smart Information Displays (SID). Der Clou daran: Blinde können die Abfahrten der nächsten Züge dank «Text to Speach» (TTS) per Sprachsynthese in Erfahrung bringen.

Die Abfrage erfolgt durch Drücken der haptisch gut fühlbaren Info-Taste. Für Fahrgäste mit reduziertem Sehvermögen sind die Displays dank Kontrastumkehr und Schriftvergrösserung zugänglich.

Engagement der CAB
Schon gewusst? Die CAB engagiert sich bei der Umsetzung des Behindertengleichstellungsgesetzes (BehiG) im öffentlichen Verkehr. CAB-Mitarbeiter Roland Gruber wurde in die Fachgruppe Bahnhof der SBB und in die schweizerische Fachkommission Sehbehinderte und öffentlicher Verkehr gewählt und vertritt dort die Interessen Sehbehinderter und Blinder.

Text: Roland Gruber



Smart Information Display (SID): Fahrplanauskunft auch für Blinde, hier am Bahnhof Zürich Altstetten.

Kursleiter- und Begleitertag

Als Zeichen der Anerkennung und der Wertschätzung führte die CAB am 15. September 2021 wie jedes Jahr einen Festtag für freiwillige Mitarbeitende durch. Neben dem jährlich wiederkehrenden Weiterbildungstag soll dieser Festtag ein Geschenk für all die freiwillig geleisteten Stunden und Tage sein – ein Genusstag mit Weiterbildungscharakter.

Rund 35 Kursleitende und freiwillige Begleitpersonen folgten der Einladung zum gemeinsamen Festtag im Zugerland. Treffpunkt an diesem regnerischen Mittwochvormittag war das Café der legendären Bäckerei und Konditorei Speck, schweizweit berühmt für ihre Zuger Kirschtorte. Nach einer kurzen Begrüssung durch die Präsidentin Ruth Häuptli und die Bildungsverantwortliche der CAB Andrea Vetsch teilte sich die Schar in zwei Gruppen auf und genoss eine kompetente Führung durch die Zuger Altstadt. Nach einem ausgiebigen Mittagessen im geschichtsträchtigen Rathauskeller fuhr die Gruppe mit der S-Bahn weiter nach Baar.

Herausforderung Buffet

Angekommen in der ehemaligen Blindenschule «Sonnenberg» begrüsste der Direktor die Besuchenden. Er vermittelte der interessierten Runde viel Wissenswertes über den Werdegang der Schule, die gesellschaftlichen Entwicklungen sowie über die Förderung blinder und sehbehinderter Kinder einst und heute. Mitarbeitende der Schule führten die Gruppe durch einen Selbsterfahrungsworkshop. Die Freiwilligen wurden aufgefordert, sich mit Augenbinde zum Buffet zu begeben, dort einen Teller mit einer kleinen Köstlichkeit und ein Getränk entgegenzunehmen. Es erwies sich als grosse Herausforderung, die Köstlichkeiten an den Platz zu tragen und dann möglichst «spurenfrei» zu essen. Den Abschluss bildete ein Besuch im Museum der Blindenschule, wo viele Gegenstände und Hilfsmittel aus dem vergangenen Jahrhundert aufbewahrt und der Bevölkerung nähergebracht werden.

Text: Andrea Vetsch

Vielen herzlichen Dank
für Ihre Unterstützung

Mit Ihrer Spende ermöglichen Sie das Kursangebot, die Beratungen sowie unsere übrige Arbeit zugunsten von Betroffenen.

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

Mit 50 Franken für Beratungsangebote schenken Sie Zuversicht in schwierigen Zeiten.

Mit 35 Franken an die Kosten eines Aktivkurses geben Sie einem blinden Menschen Selbstvertrauen.

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

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

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO

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, Roland Gruber, CAB
Grafik: KplusH, Markus Kuhn

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