CAB
Schweizerische Caritasaktion der Blinden
90 JAHRE

AUGEN BLICKE

MAI, 2. AUSGABE 2023

Walter Frei, blind

«Die CAB-Kurse geben mir viel.»

Walter Frei, blind
CAB schafft Brücken zur Welt der

In der Kindheit erblindet, kennt Walter Frei nur das Leben in absoluter Dunkelheit. Die fehlende Sehkraft schliesst ihn und andere blinde und sehbeeinträchtigte Menschen von vielen gesellschaftlichen Aktivitäten aus. Seine Hobbys und die CAB öffnen dem 58-Jährigen Tore zur Welt der Sehenden.

Mit einem strahlenden Lächeln öffnet Walter Frei die Tür zu seiner kleinen Mietwohnung im Zürcher Oberland und lässt die Gäste von der Augenblicke-Redaktion eintreten. Schnell fällt auf, dass hier ein bescheidener Mensch lebt: Die Einrichtung ist genügsam, die Möbel sind alt, aber sie erfüllen ihren Zweck. Im Eingangsbereich hat er eine Modelleisenbahn aufgestellt. «Sie läuft im Moment nicht», erklärt er entschuldigend, «irgendetwas mit dem Strom stimmt nicht.» Vom Eingang aus rechts befindet sich die Küche, wo sich der alleinstehende Mann einfache Mahlzeiten zubereitet. Am liebsten mag er Nudeln. Geradeaus rechts das Schlafzimmer, links die Stube. Die Rollläden im Schlafzimmer und zum Balkon sind heruntergelassen und lassen kein Tageslicht hinein – das spielt für Walter Frei keine Rolle. Er sehe nur schwarz, sagt er, hell und dunkel könne er nicht unterscheiden. Aber er erinnere sich noch an Farben.

«HB9TVf, bitte kommen»

Im Alter von zwei Jahren wurde beim heute 58-Jährigen Grüner Star diagnostiziert. Auch 9 Operationen konnten sein Augenlicht nicht erhalten. Die Sehkraft nahm stetig ab und im Alter von 14 Jahren war Walter Frei blind. Zu dieser Zeit wurden sehbehinderte Kinder noch nicht in die Regelschule integriert. Der gebürtige Winterthurer verbrachte seine Schulzeit in einem Internat in Fribourg, später in Baar und danach absolvierte er in Basel eine KV-Ausbildung. Jahrelang war er bei einer Versicherung tätig – zuerst im Schadenunfalldienst, später in der Telefonzentrale. Nach einem Vorgesetztenwechsel wurde Walter Frei 2019

gekündigt – ein Schlag für den damals 54-Jährigen. Seither lebt er sehr bescheiden von der Rente, denn die Aussicht auf einen neuen Job ist praktisch bei null. «Ich muss nicht in Saus und Braus leben», sagt er schmunzelnd und führt die Gäste in die Stube, wo sein ungewöhnliches Hobby ins Auge sticht: Walter Frei ist Funker. Als «HB9TVf» tritt er über verschiedene Frequenzen mit anderen Funkern auf der ganzen Welt in Kontakt. Die bereichernde Verbindung zur Aussenwelt geniesst er auch bei seinem anderen Hobby, dem Torball und Showdown für Blinde, und in den Kursen der CAB.

«Die Kurse geben mir viel»

Walter Frei nimmt seit einigen Jahren regelmässig an CAB-Kursen teil – insbesondere, wenn Aktivitäten angeboten werden oder über die Festtage, wenn das Alleinsein am schwersten zu ertragen ist. «Die Kurse geben mir viel», erzählt er, der seine Eltern früh verloren hat. «Wir blinden und sehbeeinträchtigen Menschen können hier Dinge erleben, die uns sonst verwehrt bleiben. Zum Beispiel haben wir in der Wanderwoche in Gstaad eine Alpkäserei besucht. Beim Sport können wir körperlich an unsere Grenzen gehen

Sehenden

und uns trotzdem sicher fühlen. In den Kursen lernen wir zudem immer wieder Neues und können uns mit anderen Menschen austauschen – sowohl mit den Gleichbetroffenen als auch mit den Freiwilligen. Dieser Austausch ist sehr bereichernd.»

Sein Herzenswunsch
Walter Frei ist kein Einzelgänger. Der Bewegungsmensch geht zwar in der Nähe auch alleine spazieren, aber grundsätzlich ist er gerne in Gesellschaft. Die eine oder andere Beziehung habe er auch gehabt, aber es sei halt nicht einfach, bemerkt er. Doch für ihn kein Grund, Trübsal zu blasen. «Es bringt nichts, frustriert zu sein», sagt er. Er engagiert sich gerne mit anderen, um gemeinsam etwas

zu erreichen. Auf Anfrage der CAB hat er beispielsweise eingewilligt, in der Kurskommission mitzuwirken. In dieser Funktion bringt er Anregungen ein für neue Kursangebote der CAB – und wer könnte das besser als jemand, der selber betroffen ist? Auch dieses Amt zeigt seinen Charakter: Er ist engagiert, optimistisch, aufgestellt und voller Tatendrang. Wenn man bedenkt, dass er seit der Kindheit blind ist, die Eltern früh verloren hat und erst kürzlich von seinem langjährigen Arbeitgeber gekündigt wurde, beeindruckt seine Einstellung zum Leben besonders und man wünscht Walter Frei, dass sein Herzenswunsch in Erfüllung geht: Er möchte möglichst lange gesund und aktiv bleiben.

KOLUMNE

Hilfe dank «weissem Kollegen»
In meiner ersten Kolumne habe ich darüber berichtet, dass ich als Sehbehinderter begonnen hatte, den weissen Stock einzusetzen und dass ich ihn noch nicht als «Freund», sondern als «Kollegen» bezeichne. Unterdessen beförderte ich ihn zum «guten Kollegen». Ich erlebe Dinge, die ich vorher nicht kannte: Besonders aufmerksam finde ich es, wenn mir Menschen diskret Infos geben, und ich freue mich darüber. So der junge Mann, der mich am Zürcher Hauptbahnhof darauf hinwies, die S8 verkehre verkürzt, ich würde zu weit vorne stehen. Und der Herr, der mich am Stauffacher fragte, ob er mir die Nummern der einfahrenden Trams nennen solle. Ich hätte es zwar gerade so erkennen können, habe die Hilfe aber gerne angenommen. Über die leicht skurrile Geschichte mit der Leitlinie, ebenfalls im Zürcher Hauptbahnhof, musste ich schmunzeln: Im Gegensatz zu Blinden erkenne ich mit 15 % Sehvermögen optisch einigermassen, was um mich herum passiert. Eine Frau, mit dem Handy hantierend, war langsam auf der Leitlinie unterwegs, kam fast zum Stillstand, und ich brauste von hinten heran. Da erschien rechts ein Mann in meinem Blickfeld, der weder die Frau noch mich kannte. Er schob sie «filigran-bestimmt-kommentarlos» nach links von der Leitlinie weg. Und sie: Sie fand sympathische entschuldigende Worte.

Roland Gruber, stark sehbeeinträchtigt

Ein farbenfroher Tag
für Blinde und Sehbeeinträchtigte

«Die Farbe Blau passt zu mir»; weiss nun Madlen Beyeler. Hier mit Kursleiterin Maria Ciardo (links) und Assistentin Margot Thoma (rechts).

Für blinde und sehbeeinträchtigte Menschen sind der Kauf und die Wahl von Kleidungsstücken eine Herausforderung. Der neue CAB Farb- und Stilberatungskurs stösst auf riesiges Interesse und bereitet den Teilnehmenden Freude.

Glücklich hält Madlen Beyeler (s. Porträt im Augenblicke 1 2021) den Farbpass in ihren Händen. «Endlich weiss ich, welche Farben mir stehen. Ich habe sogar einen Farbpass bekommen. Den kann ich künftig zum Kleiderkauf mitnehmen», sprudelt es aus der sympathischen Bernerin heraus. Mit ihrem verbleibenden Sehrest von nur gerade 5 % fällt es ihr schwer, ihre Garderobe passend zusammenzustellen. Der Einfachheit halber trägt sie gerne Jeans und weisse T-Shirts. «Da kann ich nicht viel falsch machen», sagt sie schmunzelnd. Trotzdem hätte sie gerne etwas mehr Abwechslung in ihrem Kleiderschrank. Deshalb hat sie sich kurz entschlossen zum ersten Farb- und Stilberatungstag bei der CAB angemeldet.

Madlen Beyeler steht die Farbe Blau

An diesem Mittwoch lernte die 65-Jährige und die anderen Teilnehmerinnen, welche Farben zu ihnen passen, welchen Stil sie tragen können und sie bekamen praktische Tipps für ihre Garderobenplanung. Heute weiss Madlen Beyeler, dass sie ein Wintertyp ist. Besonders gut steht ihr die Farbe Blau. Zudem passen sportliche Blusen zu ihr, vor allem solche mit einem Chemisekragen. Der Tag hat ihr ausserordentlich gut gefallen, wie sie freudestrahlend erklärt: «Am Vormittag durften wir uns einzeln in den Kreis setzen und die Kursleiterin legte uns Stoffe um den Hals, um den Farbtyp zu bestimmen. Das war sehr aufregend und ich fühlte mich ein bisschen wie beim Coiffeur. Zum Zmittag offerierte uns die CAB sehr feine Sandwiches und am Nachmittag gingen die Beratungen weiter. Es war wirklich ein sehr interessanter und schöner Tag.»

Farben sprechen

Auch Kursleiterin Maria Ciardo erlebte diese Schulung als eine ganz besondere. Bisher hatte die erfahrene Stylistin ihr Wissen noch nie an blinde und sehbeeinträchtigte Menschen weitergegeben. «Es war eine Beratung der besonderen Art, die ich als intensive und interessante Herausforderung empfand», sagt die gelernte Coiffeuse. «Und auch dank der Hilfe meiner Assistentin Margot Thoma hatten wir wirklich viel Spass. Am Ende bekamen alle Teilnehmenden eine persönliche Farbkarte, die sie beim nächsten Einkauf nutzen können.»

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

Heute Morgen haben Sie vermutlich den Schrank geöffnet und jene Kleider herausgenommen, die farblich zusammenpassen. Für blinde und sehbeeinträchtigte Menschen stellt dieser Handgriff eine von vielen Hürden im Alltag dar. Die CAB fühlt sich der Aufgabe verpflichtet, die Betroffenen zu beraten, praktische Hilfe zu leisten und sie in ihrer Selbständigkeit zu unterstützen. Im umfangreichen Kursangebot findet sich unter anderem ein Workshop «Farb- und Stilberatung» für blinde und sehbeeinträchtigte Menschen. Lesen Sie den Stimmungsbericht dazu und staunen Sie über das von einem blinden Informatiker entwickelte Farberkennungsgerät. Im Porträt dieser AUGENBLICKE-Ausgabe lernen Sie zudem Walter Frei kennen. Der 58-Jährige ist als Kind erblindet und meistert sein Leben mit bewundernswertem Mut. Auch er nimmt regelmässig an CAB-Kursen teil – insbesondere, wenn Aktivitäten angeboten werden oder über die Festtage, wenn das Alleinsein am schwersten zu ertragen ist. Der Grossherzigkeit unserer treuen Spenderinnen und Spender ist es zu verdanken, dass wir die so wichtigen Kurse, Beratungen und weitere Dienstleistungen anbieten können. Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre und einen farbenfrohen Mai.

R. HÄUPTLI

Ruth Häuptli
Präsidentin

Stilsicher dank **Farberkennungsgerät**

Was soll ich bloss anziehen? Diese Frage stellen sich nicht nur sehende, sondern auch blinde und sehbeeinträchtigte Menschen. Farberkennungsgeräte helfen ihnen, ihre Kleidung farblich abzustimmen.

Kleider machen Leute. Wir alle überlegen uns morgens vor dem Kleiderschrank, was wir anziehen sollen und greifen zu besonderen Stücken, wenn wir an einen speziellen Anlass eingeladen sind. Wir kaufen Bekleidung, die zu unserem Typ passt und in der wir uns wohlfühlen. Was für uns selbstverständlich ist, stellt blinde und stark sehbeeinträchtigte Menschen vor Herausforderungen. Sowohl beim Kleiderkauf als auch bei der Kleiderwahl brauchen sie Hilfe, um die Farben stilsicher zu kombinieren.

Farberkennungsgeräte für Blinde
Vor Jahrzehnten schon kamen Farberkennungsgeräte mit Sprachausgabe auf den Markt. Diese erfassen die Farbe eines Stoffes oder eines anderen Materials über eine Mess-Sonde, die auf den betreffenden Gegenstand aufgelegt wird. Mittels integrierter Sprachausgabe gibt das Gerät das Messergebnis akustisch aus. Je nach Gerät erkennt der Farbtester zwischen 400 und 600 Farbtöne. Seit 2012 ist die Farberkennung auch als kostengünstige App fürs iPhone erhältlich – entwickelt von Jan Blüher, einem deutschen Informatiker, der selber blind ist.

Gut zu wissen: Die Krankenkasse übernimmt die Kosten für dieses Hilfsmittel, wenn ein Rezept vorliegt. Für weiterführende Informationen wenden sich Interessierte an die Zürcher Sehhilfe www.zuercher-sehhilfe.ch oder die Dachorganisation SZBLIND https://hilfsmittelshop.szblind.ch

Unentbehrliche Hilfe im Alltag für blinde Menschen: Bis zu 600 Farbtöne kann ein Farberkennungsgerät unterscheiden.

Ihre Spende bewegt viel
Was wir 2022 geleistet haben

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 an die Kosten eines Kurses ermöglichen Sie blinden Menschen wertvolle soziale Kontakte.

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

Spendenkonto:
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, Erica Sauta, CAB
Grafik: KplusH, Markus Kuhn

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