Akademie des Sehens
Verein zur Förderung Sehbehinderter und
zur Erforschung von Augenerkrankungen e.V.

Wenn das Sehen schlechter wird...

Ratgeber für ältere Menschen mit Seheinschränkungen

Realisiert mit freundlicher
Unterstützung von

BAUM

ZEISS CARL ZEISS VISION

1

Wenn das Sehen schlechter wird...

Ratgeber für ältere Menschen
mit Seheinschränkungen

Inhaltsverzeichnis

2

Vorwort Seite 4-5

Zum Gebrauch der Broschüre Seite 6-7

Krankheitsbewältigung Seite 8-9

Medizinische Begriffe Seite 10-18

Aufbau des Auges ..... S. 10-13
Funktionen des Auges ..... S. 13-14
Erkrankungen des Auges ..... S. 14-18

Rechtliche Ansprüche Seite 20-27

Sehbehinderungen..... S. 20-22
Schwerbehindertenausweis..... S. 23-26
Finanzielle Hilfen..... S. 27-28
Kassenleistungen..... S. 29

3

Rehabilitationsmaßnahmen Seite 30-31

Hilfen Seite 32-51

Vergrößernde Sehhilfen ..... S. 32-40
Medien ..... S. 40-44
Alltagshilfsmittel ..... S. 44-51

Stichwortverzeichnis A-Z Seite 52-69

Impressum ..... S. 70

Adressen im Beiheft

1. Vorwort

Mit zunehmendem individuellem Alter, aber auch einer insgesamt älter werdenden Bevölkerung, treten neben den üblichen Beschwernissen im Alter auch vermehrt Augenerkrankungen auf, die zu enormen Einschränkungen des Sehens bis hin zur Blindheit führen können. Gerade Sehbehinderungen beeinflussen das Leben sehr belastend in allen Facetten des Alltags. Trotz großer Fortschritte in der Forschung, können noch nicht alle relevanten Erscheinungsbilder der Augenkrankheiten zufriedenstellend medizinisch behandelt werden.

- **Die Akademie des Sehens e.V.** hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Erforschung dieser Krankheiten zu unterstützen. Sie ist ständig auf dem neuesten Erkenntnisstand.

- In der **Beratungsstelle für sehbehinderte Menschen**, die im Jahr 2000 durch die Akademie des Sehens gegründet und auch seither unterhalten wird, werden alle Betroffenen, besonders auch ältere Mitmenschen, bezüglich ihrer Sehminderung kostenlos beraten und unterstützt. Die selbstständige Bewältigung des Alltags steht hierbei stets im Vordergrund.

- In dieser Broschüre **Wenn das Sehen schlechter wird** finden Sie alle notwendigen Informationen, die auch Grundlage der Beratung darstellen.

Inzwischen sind fast 15 Jahre vergangen, die Broschüre erscheint nun in der 4. Überarbeiteten und modernisierten Auflage. Seither hat sie vielen Betroffenen, aber auch deren Angehörigen und Bekannten, Rat und Anleitung zur besseren Bewältigung des Lebens mit einer Sehbehinderung gegeben. Aber auch Mitarbeitern sozialer Institutionen dient sie als Nachschlagewerk und zur Unterstützung bei den Ansprüchen sehbehinderter Menschen.

In dieser aktuellen Auflage des Jahres 2014 wurden der neueste Stand:

- der medizinischen Entwicklung,
- Grundlagen für rechtliche Hilfsleistungen,
- Informationen über geänderte Kassenleistungen,
- Adressen und Namen hilfestellender Einrichtungen und
- elektronischer Hilfsmittel

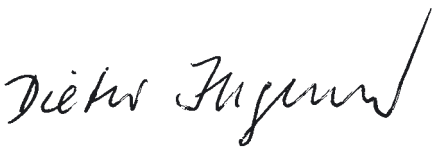
berücksichtigt.

Vor allem aber bietet die Beratungsstelle unter Leitung von Frau Witt und Frau Berger eine Fülle an Erfahrung im täglichen Umgang mit sehbehinderten Menschen. Eine intensive Zuwendung, das Erkennen von Problemen im Alltag sowie die Unterstützung beim deren Lösungen ist besonderes Kennzeichen ihrer Arbeit.

Wir hoffen, daß die Broschüre „Wenn das Sehen schlechter wird“ genauso wie ihre erfolgreichen Vorgänger für alle Interessierten auch weiterhin ein gern und zuverlässig benutzter Berater sein wird.

Münster, den 1. Mai 2014

Für die Akademie des Sehens

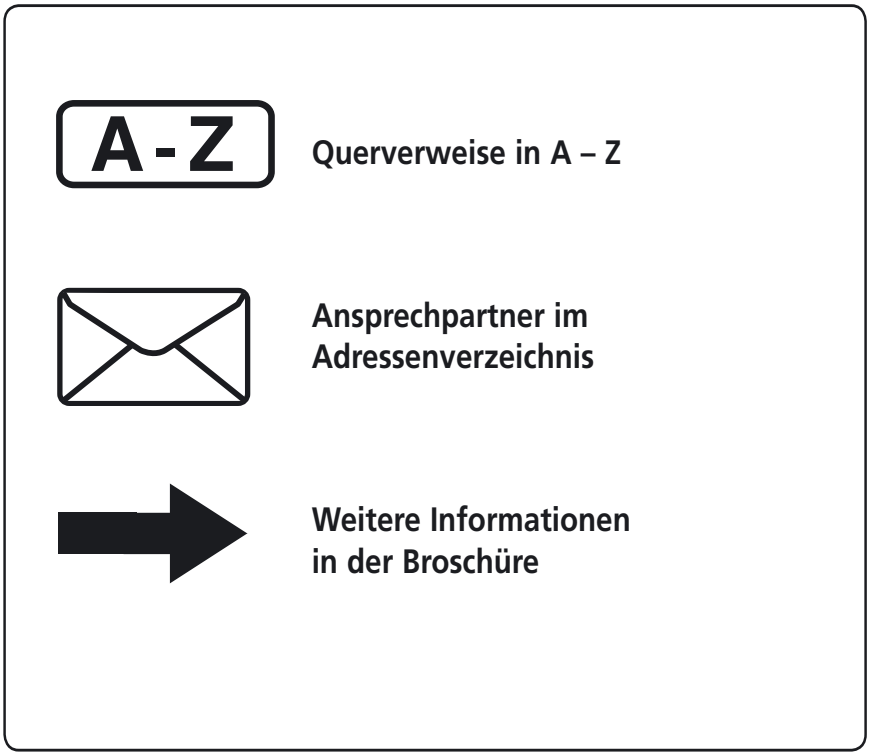


Dieter Ingendoh
(1. Vorsitzender)

2. Zum Gebrauch der Broschüre

In dieser Broschüre finden Sie vielfältige, in verschiedene Kapitel gegliederte Informationen zum Thema Sehbehinderung. Damit eine schnelle Überarbeitung der sich oft ändernden Adressen möglich ist, liegt der wichtige Adressenteil lose ein. Hierin sind nach Schwerpunkten geordnet kompetente Ansprechpartner aufgeführt – mit ihrer Adresse, Telefon- und Faxnummer, Email- und Netzkennung. Im Text der Broschüre finden Sie unter dem Symbol ✉ Hinweise auf Adressen, unter denen Sie auf das angesprochene Thema bezogene fachkundige und zuständige Gesprächspartner finden.

Das Kapitel A – Z gibt Ihnen alphabetisch geordnet kurze Informationen zu vielen Themen, die für Menschen mit Sehbehinderungen wichtig sind. Hier finden Sie neben Querverweisen A-Z Hinweise auf Ansprechpartner ✉ und auf weitere Informationen in den einzelnen Kapiteln der Broschüre ➡ .



Eine Zusammenstellung der Themen und Fragen sehbehinderter Menschen in schriftlicher Form kann sicherlich in vielen Fällen weiterhelfen. Die Broschüre soll jedoch auch Anreiz sein, auf die verschiedenen und vielfältigen Beratungsangebote einzugehen und aufmerksam zu machen. Ein persönliches Gespräch hilft, viele Ihrer individuellen Bedürfnisse aufzuzeigen und oft genug manche Ihrer Fragen sofort zu klären.

Uns ist die Schwierigkeit bewusst, eine Broschüre in schriftlicher Form für sehbehinderte Menschen herauszugeben, die diese Broschüre womöglich selber nicht mehr lesen können. Wir haben uns deshalb um eine möglichst große Schrift und eine klare und eindeutige Gliederung bemüht. Die Broschüre „Wenn das Sehen schlechter wird ...“ ist aber auch und vor allem für Angehörige und alle jene gedacht, die sehbehinderte Menschen in ihren Anliegen unterstützen.

Münster, im Sommer 2014

Ursula Witt
Leiterin der Beratungsstelle

Kunibert Krause †
Mitglied des Vorstands

3. Krankheitsbewältigung und Umgang mit sehbehinderten Me

Eine Sehbehinderung schränkt das Leben eines betroffenen Menschen in vielen Bereichen ein – erreichen uns doch die meisten Informationen über unsere Augen. Wird diese Fähigkeit eingeschränkt, plötzlich oder auch schleichend, verändert sich das Leben gravierend. Viele alltägliche Dinge können nicht mehr spontan erledigt werden, z.B. der tägliche Einkauf, der Umgang mit dem Geld und das Lesen der Post. Nicht nur die Bewältigung des persönlichen Alltags bringt Probleme mit sich, sondern auch die zwischenmenschlichen Beziehungen zur „sehenden" Mitwelt. Eine große Verunsicherung im Umgang mit anderen Menschen wird häufig dadurch ausgelöst, dass die Gesichter der Gesprächspartner verloren gehen und deshalb deren Mimik und Gestik nicht mehr zu interpretieren sind.

Wichtig für alle betroffenen Mitmenschen ist die medizinische Abklärung der Erkrankung und die damit verbundene Aufklärung über die zu erwartenden Einschränkungen des Sehens. In den meisten Fällen ist derzeit bei den unten besprochenen Augenerkrankungen keine Möglichkeit einer anhaltenden Verbesserung oder gar Heilung gegeben, wenn es einmal zu einer gravierenden Sehbehinderung gekommen ist. Das zu akzeptieren, ist sehr schwer – es macht aber frei, sich mit vielen Hilfen, die es ja gibt, anzufreunden und sie anzunehmen.

Das Akzeptieren der Erkrankung ist eine wichtige Voraussetzung für das aktive Auseinandersetzen mit den Alltagsproblemen und deren Bewältigung. Viele sehbehinderte Menschen berichten von einer langen Zeit, die sie gebraucht haben, sich mit ihrer Erkrankung und deren Konsequenzen für das tägliche Leben auseinander zu setzen und mit ihnen fertig zu werden. Erst danach ist es ihnen gelungen, aktiv die Fähigkeiten zu erlernen, die zur Bewältigung des Alltags nötig sind.

Für Angehörige bedeutet dies, viel Geduld zu haben. Allein die Anschaffung optischer und elektronischer Hilfsmittel und die Bewilligung sozialer Hilfen, wie z.B. des Blindengeldes, bedeutet nicht automatisch auch die psychische Bewältigung

nschen

der Erkrankung.

Die Einschränkungen durch eine Sehbehinderung beziehen sich auf fast alle Bereiche des Lebens. Hier muss Alltägliches neu gelernt werden, damit eine größtmögliche Selbstständigkeit erhalten bleibt. Fürsorglichkeit von Verwandten und Freunden darf keineswegs die persönliche Eigenständigkeit ersetzen. Der Bekannten- und Familienkreis muss sich auf das den sehbehinderten Menschen eigene, verlangsamte Lebenstempo einstellen – ist bei ihnen doch das für schnelle Reaktionen verantwortliche Auge in seiner Funktion eingeschränkt.

Bewusste und selbstständige Bewältigung der täglichen Probleme, dazu körperliche, geistige und soziale Aktivitäten beugen einer Pflegebedürftigkeit vor. Die individuellen Lebensgewohnheiten müssen an die Gegebenheiten der Erkrankung angepasst werden. Dazu muss das eine oder andere in der häuslichen Umgebung verändert werden; der sehbehinderte Mensch muss lernen, Hilfen zu beanspruchen und sie auch anzunehmen. Dies ist schwer, aber enorm wichtig.

Angehörige und Freunde haben die verantwortungsvolle Aufgabe, diesen schwierigen Prozess zu unterstützen, Dinge und Situationen zu erläutern und zu erklären und so verständlich zu machen. Wichtig ist, dass sie sich ständig die Einschränkung durch die Sehbehinderung klar machen, zumal eine Sehbehinderung äußerlich häufig nicht zu erkennen ist und die Beeinträchtigungen im kurzfristigen Umgang nicht deutlich werden. Unterstützung beim Erlernen neuer Techniken ist gefordert; Mut zu machen, sich in unbekannte Situationen zu begeben, um z.B. weiterhin Kontakte zu Bekannten, Freunden und Verwandten zu pflegen; Rücksicht auf die speziellen Erfordernisse einer Sehbehinderung zu nehmen, z.B. die eigene Ordnung der Betroffenen zu akzeptieren, denn Dinge, die in der Absicht aufzuräumen verlegt sind, können unmöglich schnell wiedergefunden werden.

4. Medizinische Begriffe

Unser Auge steckt voller Wunder, die bis auf den heutigen Tag weder alle erkannt, noch gar verstanden sind. Doch das, was man weiß, soll hier in groben Zügen erklärt werden: Zunächst der Aufbau des Auges in seinen wichtigsten Komponenten, dann deren Beitrag zum Sehen, und schließlich – leider – auch die Erkrankungen des Auges und die grundsätzlichen Möglichkeiten der Vorbeugung, Linderung und Heilung, wenn es sie denn gibt.
Im Übrigen – die Augen zu „schonen", nutzt nichts! Halten Sie sich an die Aussage des früheren Ordinarius der Essener Universitäts-Augenklinik, Meyer-Schwickerath: „Für das Auge ist das Sehen so schädlich wie das Denken für das Gehirn. Es hat sich noch nie jemand dumm gedacht, das Gegenteil ist der Fall, so auch beim Auge."

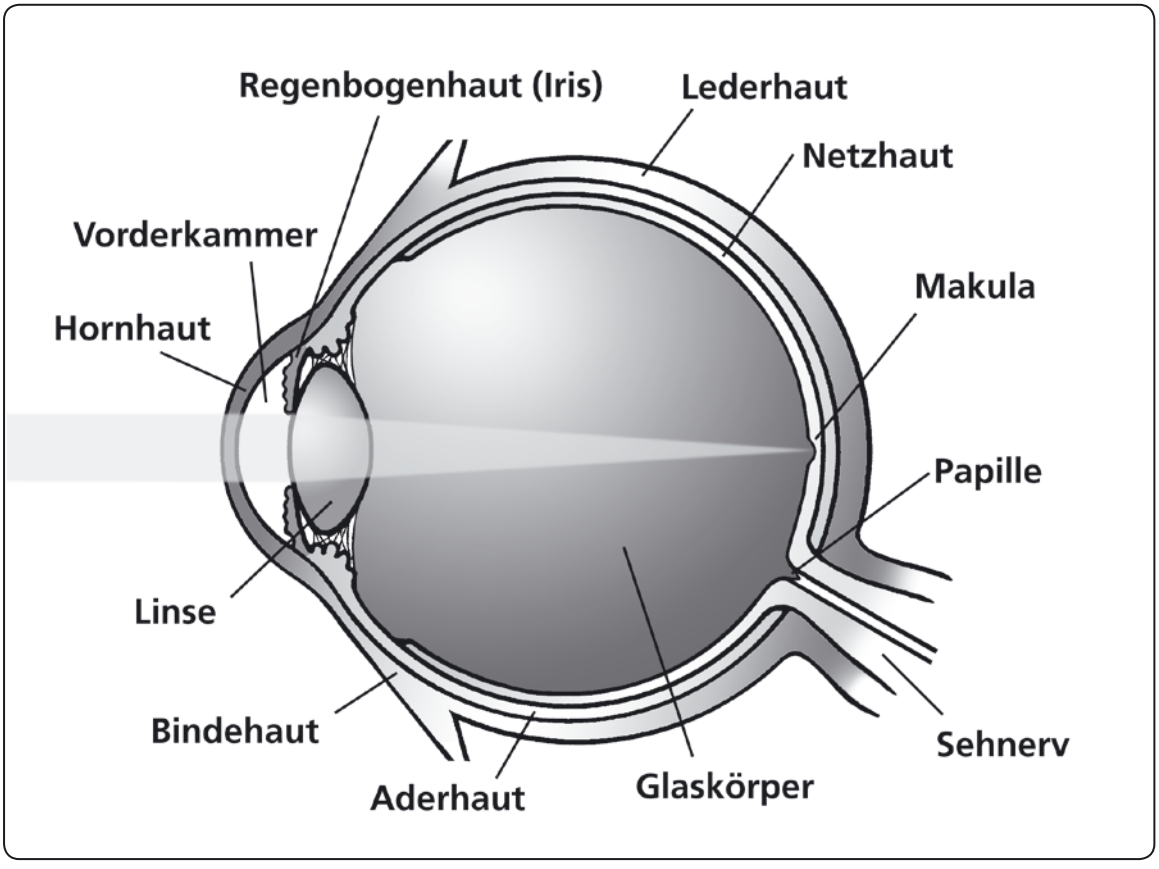
Aufbau des Auges

Der schematische Aufbau des Auges ist in der **Abbildung auf Seite 11 dargestellt.** Durch die durchsichtige **Hornhaut** dringt das Licht ins Auge. Den übrigen Teil des Auges umhüllt die weiße **Lederhaut**, die im vorderen Bereich des Auges von der **Bindehaut** bedeckt wird. Folgt man dem ins Auge fallenden Licht, schließt sich der Hornhaut die **Vorderkammer** des Auges an, die durch die **Iris (Regenbogenhaut)** von der **Augenlinse** abgegrenzt wird. Die (farbige) Iris ist eine Blende, die sich lichtabhängig öffnet oder schließt, um die Belichtung der **Netzhaut** zu regulieren. Im engsten Winkel der Vorderkammer verläuft ringförmig ein feiner Kanal, durch den das ständig im Auge produzierte Kammerwasser abfließt.

Zwischen Produktion und Abfluss des Kammerwassers stellt sich ein Druckgleichgewicht ein, das für eine stabile Form des Auges sorgt. Der Augeninnendruck muss den individuellen Gewebestrukturen des Auges angepasst sein. Ist er das nicht, entsteht bei zu hohem Druck ein **Grüner Star (Glaukom)** – der **Sehnerv** wird geschädigt, ein Prozess, der in fast allen Fällen nicht wieder gut zu machen ist. In der Regel liegt der Augeninnendruck zwischen 12 und 18 mm Quecksilbersäule. Ein vermeintlich „normaler" Augeninnendruck kann für das individuelle Auge schon zu hoch sein. Deshalb sollte

er spätestens ab dem 40. Lebensjahr kontrolliert werden, und zwar immer zusammen mit einer Untersuchung des Sehnerven.

Die **Augenlinse** ist zwischen der Vorderkammer und dem nachfolgenden **Glaskörper** eingebettet. Sie ist ein optisches Wunderwerk: In jungen Jahren kann sie aufgrund ihrer Elastizität schlanker oder dicker werden, und ermöglicht so das scharfe Sehen in der Ferne wie auch in der Nähe. Leider geht die Elastizität der Augenlinse mit den Lebensjahren verloren: Man kann nur noch in der Ferne scharf sehen. Für die Nähe braucht man eine Lese- oder Arbeitsbrille – und das ab etwa dem 45. Lebensjahr. Verletzungen oder Erkrankungen des Auges, aber auch der ganz normale Alterungsprozess können die Linse eintrüben. Es entwickelt sich ein **Grauer Star (Katarakt)**. Das Sehen wird zunehmend schlechter. Die operative Entfernung der Linse und die anschließende Implantation einer Kunststofflinse behebt dieses Problem und das Sehen ist wieder so gut wie vor der Entwicklung des



Grauen Stars, es sei denn, andere Erkrankungen des Auges verhindern das, z.B. Netzhauterkrankungen, und unter ihnen im besonderen Maße die verschiedenen Formen der **Makuladegeneration**.

Hornhaut und Linse sind als optische Komponenten des Auges auf dessen Länge genau abgestimmt. Bei Abweichungen davon ergeben sich **Fehlsichtigkeiten**: Kurzsichtigkeit (Myopie), Übersichtigkeit (Hyperopie), Astigmatismus (Hornhautverkrümmung), die allesamt mit einer Brille oder mit Kontaktlinsen korrigiert werden können.

Der gallertartige, fast kugelförmige **Glaskörper** sorgt für Stabilität im Auge. Er wahrt die feste Distanz zwischen den vorderen (Hornhaut, Vorderkammer, Iris, Linse) und hinteren Abschnitten des Auges, deren wichtigster Teil die Netzhaut ist.

Auf der **Netzhaut** entsteht das durch Hornhaut und Linse entworfene Bild der Umwelt. Sie ist übersät mit lichtempfindlichen Sehzellen, die über den Sehnerv das Bild an das Sehzentrum des Gehirns weiterleiten. Erst dort wird uns das vom Auge empfangene Bild unserer Umwelt bewusst.

Alles, was man direkt ansieht (fixiert), wird auf die **Makula** (Gelber Fleck) abgebildet. Sie ist die zentrale Stelle der Netzhaut des Auges mit dem schärfsten Sehen. Hier befindet sich die größte Dichte an Sehzellen, die für das Sehen bei Tage zuständig sind (Zapfen). Zum Rande hin nimmt deren Anzahl ab, dafür nimmt die Zahl der für die Dämmerung zuständigen Sehzellen (Stäbchen) zu. Alle Sehzellen sind untereinander verschaltet, jede weiß vom Belichtungszustand der anderen. Wegen der hohen Sehschärfe dient die Makula dem erkennenden Sehen, z.B. von Gesichtern, Bildern, Texten. Mit anderen weiter außen liegenden Bereichen der Netzhaut sieht man wesentlich unschärfer, man erfasst aber das gesamte Umfeld vor Augen **(Gesichtsfeld)**. Die Peripherie dient dem orientierenden Sehen, dem Einordnen des gerade angeschauten Objektes in seine Umgebung und der Wahrnehmung von Bewegungen.

Alle von den Sehzellen empfangenen Lichtreize leitet der **Sehnerv** aus dem Auge heraus mit dem Sehzentrum des

Gehirns als Ziel. Die Austrittsstelle des Sehnervs aus dem Auge **(Papille)** reagiert äußerst empfindlich auf einen erhöhten Augeninnendruck. Hier wird bei einem Glaukom der Sehnerv geschädigt und hier lassen sich die ersten Anzeichen eines Glaukoms erkennen. Die Sehnerven beider Augen werden im Gehirn vielfältig auf weitere Nerven umgeschaltet. Stets werden dabei die Signale aus der Netzhaut verarbeitet; erst dadurch sind z.B. Helligkeiten, Kontraste und Farben in ihrer Mannigfaltigkeit zu erkennen. Das Gesamtbild unserer Umwelt wird schließlich im Sehzentrum zusammengesetzt.

Funktionen des Auges

Das Auge, und vor allem das mit ihm verbundene Sehzentrum im Gehirn, verarbeitet das Netzhautbild auf höchst komplizierte, häufig noch längst nicht verstandene Weise. Hier sollen drei wichtige Funktionen erläutert werden:

- Gesichtsfeld
- Sehschärfe
- Farbensehen.

Gesichtsfeld

Bei der Bestimmung des Gesichtsfeldes wird eine ganz wichtige, einfache, grundlegende Funktion des Auges untersucht, nämlich die elementare Wahrnehmung von Licht – ohne Rücksicht auf Details, wie Farbe, Form, Sehschärfe usw. Das Gesichtsfeld bezeichnet den gesamten Bereich der Umwelt, aus dem bei ruhiger Kopfhaltung ein unbewegt geradeaus blickendes Auge Licht wahrnimmt. Zur Untersuchung des Gesichtsfeldes wird die Umwelt durch eine Halbkugel ersetzt, in die Lichtpunkte projiziert werden, und die ein Patient erkennen soll. Netzhautbereiche, in denen Licht nur vermindert oder gar nicht wahrgenommen wird, führen zu Gesichtsfeldeinschränkungen oder -ausfällen (relative oder absolute Skotome). Diese Beeinträchtigungen erschweren das Leben erheblich: Man ist in diesen Bereichen stark sehbehindert oder sogar blind. Ein intaktes Gesichtsfeld ist für die Orientierung draußen und drinnen extrem wichtig.

Sehschärfe (Visus)

Eine der bekanntesten Eigenschaften des Sehens ist die Sehschärfe oder der Visus. Die höchste Sehschärfe, also die beste Detailauflösung in einem Objekt, erreicht man mit der Makula, mit der man alles, was die Aufmerksamkeit erregt, unwillkürlich fixiert.

Der Visus eines gesunden Auges liegt meistens **zwischen 1,0 und 1,5**. Häufig wird dieser Wert auch in Prozent oder als Bruch angegeben: 10/10 ≙ 1,0 ≙ 100%. **Mit einem Visus von 4/10 ≙ 0,4 ≙ 40% kann man bei guter Beleuchtung und intaktem Gesichtsfeld meistens noch die Zeitung lesen.** Bei geringeren Sehschärfen helfen in vielen Fällen **vergrößernde Sehhilfen** weiter.

→ S. 32

Zum Rand der Netzhaut hin wird die Sehschärfe zunehmend sehr viel schlechter: 2 mm neben der Makula liegt die Sehschärfe nur noch bei ca. 1/20 ≙ 0,05 ≙ 5%. Mit diesen Bereichen der Netzhaut ordnet man sich im Raum ein und erkennt Bewegungen; eine Eigenschaft des Sehens, die z.B. im Strassenverkehr überlebenswichtig ist.

Farbensehen

Die Sehzellen der Makula, die Zapfen, sind auf die drei Grundfarben Blau, Grün, Rot spezialisiert. Aus diesen drei Farben wird das farbige Bild unserer Welt im Sehzentrum des Gehirns zusammengesetzt. **Erkrankungen der Netzhaut und des Sehnerven können das Farbensehen empfindlich stören.** Auch der Graue Star läßt Farben immer mehr verblassen; hier behebt eine Operation das Problem in aller Regel.

Erkrankungen des Auges

Das Auge ist ein robustes, widerstandsfähiges Sinnesorgan und erfüllt in der Regel hervorragend seine Aufgabe, uns mit den mannigfaltigen Informationen aus unserer Welt zu versorgen. Es kann aber auch in unterschiedlichsten Formen erkranken. Einige dieser Erkrankungen beeinträchtigen das

Sehen in Gesichtsfeld und Sehschärfe ganz erheblich. Sie sollen hier näher beschrieben werden.

Altersabhängige Makuladegeneration

Diese degenerative Erkrankung der Netzhaut zerstört langsam, aber oft unaufhaltsam die Stelle des schärfsten Sehens, die Makula. Dafür sind unterschiedliche Vorgänge verantwortlich, z.B. Einblutungen unter die Netzhaut oder das Einwachsen störender Adern (sog. „feuchte Form“) oder einfacher Untergang der Sinneszellen (sog. „trockene Form“).

Die Makuladegeneration ist eine fortschreitende Erkrankung, deren Verlauf medizinisch oft nur wenig beeinflusst werden kann. **Sie führt auch im Endstadium nicht zur vollständigen Erblindung**; das Sehen außerhalb des Zentrums, also in der Peripherie der Netzhaut, bleibt erhalten, so dass man sich in einer vertrauten Umgebung sicher bewegen kann. Allerdings sind alle direkt angeschauten Objekte, wie z.B. Gesichter und Zeitungsschrift, besonders schlecht oder gar nicht mehr zu erkennen.

Die altersabhängige Makuladegeneration tritt in der „trockenen“ und der „feuchten“ Form auf. Obwohl verschiedene Schichten der Netzhaut im Bereich der Makula betroffen sind, zeigen sich letztlich doch ganz ähnliche Symptome: Ein zunehmend verzerrtes Wahrnehmen gerader Strukturen (z.B. geflieste Wände) und eine oft plötzlich einsetzende, erhebliche Sehverschlechterung. **Bei rasch fortschreitenden Formen der feuchten AMD kann ein Fortschreiten der Erkrankung durch eine länger andauernde Therapie mit Medikamenten, die in das Auge eingegeben werden, verhindert werden (weitere Information: www.amd-netz.de)**

Grüner Star oder Glaukom

Nur ein harmonisches Verhältnis von Augeninnendruck und individuellem Aufbau des Auges garantiert dauerhaft ein gesundes Auge und ein einwandfreies Sehen. Beim Glaukom kommt es zu einem fortschreitenden Schwund des Sehnerven, was unbehandelt zur völligen, nicht mehr zu reparierenden Erblindung führen kann. **Ein erhöhter Augeninnendruck stellt einen Risikofaktor bei dieser Erkrankung dar. Ebenso können bestimmte Formen einer Schwäche des Bindegewebes und vor allen Dingen Zirkulationsstörungen, wie sie unter anderem bei niedrigem Blutdruck vorliegen, eine derartige Erkrankung hervorrufen.** Nur etwa die Hälfte aller Patienten mit einem Grünen Star zeigt primär einen erhöhten Augeninnendruck. Deshalb ist es – neben der Messung des Augeninnendrucks – unbedingt notwendig, sehr sorgfältig und kontinuierlich den Sehnerven zu kontrollieren.

In allen Fällen sieht die Therapie eine Erniedrigung des Augeninnendrucks vor. Dadurch wird primär die Ursache des Glaukoms bekämpft. Wenn ein niedriger Blutdruck oder eine Zirkulationsstörung am Sehnervenkopf die Hauptursache darstellt, verringert eine Augendrucksenkung den Widerstand und verbessert so die Durchblutung

Die Erkrankung kann plötzlich oder schleichend auftreten. Die akute, plötzliche Form ist sehr schmerzhaft und wird von einer rapiden Verschlechterung des Sehens begleitet. Die schleichende Form verläuft lange Zeit, ohne dass man davon zunächst etwas merken würde, obwohl das Gesichtsfeld schon beeinträchtigt wird. Erst wenn die Gesichtsfeldausfälle weit ausgedehnt sind, werden sie bewusst wahrgenommen. **Vom vierzigsten Lebensjahr an sollte man jährlich den Augeninnendruck und die Austrittsstelle des Sehnerven aus dem Auge (Papille) kontrollieren** lassen. Das Glaukom lässt sich sehr gut mit Medikamenten, meistens mit Augentropfen, behandeln. In schweren Fällen hilft auch eine Operation weiter. **Eine Erblindung kann durch eine rechtzeitige Behandlung fast immer vermieden werden.**

Selbsthilfe

Diabetische Retinopathie

Die Diabetische Retinopathie tritt als Komplikation bei Patienten mit langjähriger Zuckerkrankheit auf. Es kommt zu Veränderungen im Adergeflecht der Netzhaut. Anfangs bilden sich kugelige Erweiterungen der Äderchen und es treten punktförmige Blutungen auf. Man kann diese krankhaften Veränderungen durch Veröden der Gefäße mit einem Laser oder Kältestab behandeln. Unbehandelt verstärken sich die Einblutungen und nachwachsende, störende Adern schädigen die Netzhaut, bis hin zu Narbenbildung und Ablösungen von der sie mit Nährstoffen versorgenden **Aderhaut**. Mit diesen Bereichen der Netzhaut kann man nur unzureichend oder gar nicht mehr sehen; es bilden sich Gesichtsfeldausfälle (Skotome), die mit der Zeit größer werden können.

Während bei der Makuladegeneration die Gesichtsfeldschäden nur im Zentrum der Netzhaut auftreten, liegen sie bei der Diabetischen Retinopathie über die gesamte Netzhaut verstreut. Das Sehen ist dadurch extrem stark eingeschränkt oder sogar völlig zerstört.

Grauer Star oder Katarakt

Aufgrund des fortgeschrittenen Alters, aber auch nach Verletzungen und bei systemischen Erkrankungen (z.B. Diabetes), kann die Linse des Auges eintrüben. Etwa 20% aller 80-jährigen Menschen leiden daran. Die Sehschärfe und auch das Farbensehen werden während des „Reifens“ des Grauen Stars mehr und mehr beeinträchtigt. Besonders unangenehm ist die durch die Trübung bedingte hohe Blendung, die das Autofahren bei Nacht erschwert und schließlich unmöglich macht. **Eine medikamentöse Therapie zur Verhinderung, Verzögerung oder gar Umkehr einer Katarakt gibt es derzeit nicht. Abhilfe schafft nur die Operation des Grauen Stars.** Dabei wird die trüb gewordene Augenlinse entfernt und durch eine Kunststofflinse mit passender Optik ersetzt. In aller Regel sind die durch den Grauen Star aufgetretenen Probleme nach der Operation gelöst und es stellt sich ein klares, beschwerdefreies Sehen ein. Voraussetzung für diesen Erfolg

ist allerdings eine einwandfrei funktionstüchtige Netzhaut; es darf also z.B. keine altersbedingte Makuladegeneration vorliegen. Aber auch dann kann in Einzelfällen die Operation zu einem helleren, kontrastreicheren Sehen verhelfen. Eine Verbesserung der Sehschärfe, z.B. um wieder Zeitung lesen zu können, darf man allerdings dann nicht erwarten.

Selbsthilfe

Uveitis

Die Uveitis ist eine teilweise oder komplette Erkrankung der Gefäßhaut des Auges (Uvea). Dazu gehört u.a. im vorderen Abschnitt des Auges die **Regenbogenhaut** (Iris), im hinteren Abschnitt die **Aderhaut** (Choroidea), die für den Stoffwechsel der Netzhaut sorgt. **Der Uveitis liegt in den meisten Fällen eine immunologische, d.h. das Abwehrsystem des Auges betreffende Ursache zugrunde.** Sie macht sich häufig durch dumpfe Schmerzen im Augenbereich bemerkbar, durch Sehverschlechterung, Gesichtsfeldeinschränkungen und extreme Blendempfindlichkeit (Lichtscheu). Durch die Entzündung der Gefäßhaut des Auges kann es zu schwersten Komplikationen in allen Bereichen des Auges kommen.
Eine medikamentöse Therapie ist möglich, trotzdem nimmt die Erkrankung häufig eine chronische Form an.

19

5. Rechtliche Ansprüche auf Hilfe und Unterstützung für sehbehin

In diesem Überblick werden wichtige rechtliche Fragen sehbehinderter Menschen angesprochen und kurz beantwortet. Er kann eine individuelle und detaillierte Beratung keinesfalls ersetzen, sondern will auf grundsätzliche rechtliche Möglichkeiten aufmerksam machen.

Sehbehinderte Mitmenschen haben Anspruch auf Hilfe und Unterstützung durch den Ausweis für schwerbehinderte Menschen, durch die Hilfe für hochgradig Sehbehinderte, durch das Blindengeld. **Der Grad der Behinderung (GdB) entscheidet, welche dieser Hilfen in welcher Ausprägung beansprucht werden kann.** In der Regel wird der Grad der Behinderung über die **Sehschärfe** (Tabelle 1 und 5) oder die **Ausdehnung des Gesichtsfeldes** (Tabelle 2 und3) festgelegt. Man unterscheidet:

- Körperlich wesentliche Behinderung
- Hochgradige Sehbehinderung
- Blindheit (im Sinne des Gesetzes)

GdB	Visus
60	5/30 ≙ 0,16 ≙ 16 %
70	1/10 ≙ 0,10 ≙ 10 %
80	1/12 ≙ 0,08 ≙ 8 %
100	1/20 ≙ 0,05 ≙ 5 %

Tabelle 1
Beispiel für den Grad der Behinderung (GdB), wenn die Sehschärfe (Visus) beider Augen gleich ist.

Sehbehinderungen

Körperlich wesentliche Behinderung

Die Sehschärfe mit Brille beträgt auf dem besseren Auge in der Ferne und Nähe nicht mehr als 3/10 ≙ 0,3 ≙ 30% (oder es liegt eine Störung des Sehvermögens von entsprechendem Schweregrad vor, womit meistens Gesichtsfeldschäden gemeint sind).

derte Menschen

Hochgradige Sehbehinderung

Eine hochgradige Sehbehinderung liegt vor,
– wenn die Sehschärfe mit Brille auf dem besseren Auge in Ferne und Nähe nicht mehr als 1/20 ≙ 0,05 ≙ 5 % beträgt;
– wenn bei höheren Sehschärfen des besseren Auges weitere Störungen des Sehvermögens, z.B. Gesichtsfeldeinschränkungen vorliegen (Tabelle 2).

Visus	Gesichtsfeld
Weniger oder gleich 1/10 ≙ 0,1 ≙ 10 %	Die Grenze des Restgesichtsfeldes ist in keiner Richtung mehr als 30° vom Zentrum entfernt; Gesichtsfelder jenseits von 50° bleiben unberücksichtigt.
Weniger oder gleich 2/10 ≙ 0,2 ≙ 20 %	Die Grenze des Restgesichtsfeldes ist in keiner Richtung mehr als 20° vom Zentrum entfernt; Gesichtsfelder jenseits von 50° bleiben unberücksichtigt.
Besser als 2/10 ≙ 0,2 ≙ 20 %	Die Grenze des Restgesichtsfeldes ist in keiner Richtung mehr als 10° vom Zentrum entfernt; Gesichtsfelder jenseits von 50° bleiben unberücksichtigt.
Weniger oder gleich 2/10 ≙ 0,2 ≙ 20 %	Im zentralen Bereich liegen große Gesichtsfeldausfälle vor; im 50° Gesichtsfeld sind unterhalb des horizontalen Meridians mehr als 2/3 ausgefallen.
Weniger oder gleich 2/10 ≙ 0,2 ≙ 20 %	Beidäugige halbseitige Gesichtsfeldausfälle, die gleichseitig oder gekreuzt liegen können; Verlust des zentralen Sehens beider Augen, aber Erhaltung des beidäugigen Sehens; Durchmesser des **beidäugigen** Gesichtsfeldes in horizontaler Richtung nicht größer als 30°.
Weniger oder gleich 2/10 ≙ 0,2 ≙ 20 %	Beidäugige Gesichtsfeldausfälle zur Nasenseite hin; Verlust des zentralen Sehens beider Augen und Verlust des beidäugigen Sehens; Gesichtsfelddurchmesser **auf dem „besseren Auge"** in horizontaler Richtung nicht größer als 30°.

Tabelle 2: Bewertung von Gesichtsfeldschäden bei der Bewilligung von Hilfe für hochgradig sehbehinderte Menschen. Visus und Gesichtsfeld beziehen sich stets auf das „bessere Auge".

Blindheit

Blindheit im Sinne des Gesetzes liegt vor, wenn

– die Sehschärfe mit Brille auf dem besseren Auge in Ferne und Nähe nicht mehr als 1/50 ≙ 0,02 ≙ 2% beträgt;
– das Sehvermögen, z.B. durch Gesichtsfeldeinschränkungen, so stark gestört ist, dass die dadurch hervorgerufene Beeinträchtigung einer Sehschärfenminderung auf 1/50 ≙ 0,02 ≙ 2% gleichkommt (Tabelle 3).

Tabelle 3:
Bewertung von Gesichtsfeldschäden bei der Bewilligung von Blindengeld. Visus und Gesichtsfeld beziehen sich stets auf das „bessere Auge“.

Als blind wird auch der sehbehinderte Mensch mit einem vollständigen Ausfall der Sehrinde im Sehzentrum des Gehirns eingestuft.

Visus	Gesichtsfeld
Weniger oder gleich 1/30 ≙ 0,033 ≙ 3,3%	Die Grenze des Restgesichtsfeldes ist in keiner Richtung mehr als 30° vom Zentrum entfernt; Gesichtsfeldreste jenseits von 50° bleiben unberücksichtigt.
Weniger oder gleich 1/20 ≙ 0,05 ≙ 5%	Die Grenze des Restgesichtsfeldes ist in keiner Richtung mehr als 15° vom Zentrum entfernt; Gesichtsfeldreste jenseits von 50° bleiben unberücksichtigt.
Weniger oder gleich 1/10 ≙ 0,1 ≙ 10%	Die Grenze des Restgesichtsfeldes ist in keiner Richtung mehr als 7,5° vom Zentrum entfernt; Gesichtsfeldreste jenseits von 50° bleiben unberücksichtigt.
Besser als 1/10 ≙ 0,1 ≙ 10 %	Die Grenze des Restgesichtsfeldes ist in keiner Richtung mehr als 5° vom Zentrum entfernt; Gesichtsfeldreste jenseits von 50° bleiben unberücksichtigt.
Weniger oder gleich 1/10 ≙ 0,1 ≙ 10%	Im zentralen Gesichtsfeldbereich liegen große totale Ausfälle vor; im 50° Gesichtsfeld ist unterhalb der horizontalen Meridians mehr als die Hälfte ausgefallen.
Weniger oder gleich 1/10 ≙ 0,1 ≙ 10%	Beidäugige halbseitige Gesichtsfeldausfälle, die gleichseitig liegen; das beidäugige Gesichtsfeld besitzt in der Horizontalen nicht mehr als 30° Durchmesser.
Weniger oder gleich 1/10 ≙ 0,1 ≙ 10%	Beidäugige halbseitige Gesichtsfeldausfälle, die gekreuzt liegen; es besteht kein beidäugiges Sehen.

Schwerbehindertenausweis

23

Ausweis für schwerbehinderte Menschen

Um finanzielle Nachteile, die durch die Behinderung entstehen, auszugleichen, kann man mit dem Ausweis für schwerbehinderte Menschen bestimmte Leistungen und Vergünstigungen wahrnehmen. Welche das sind, zeigen der Grad der Behinderung sowie die in den Ausweis eingetragenen Merkzeichen – diese hängen vom Grad der Behinderung (GdB) ab. Der hier in der Tabelle aufgeführte Grad der Behinderung (GdB) bezieht sich allein auf die Sehbehinderung. Weitere Behinderungen können den GdB erhöhen; allerdings werden die den einzelnen Behinderungen zugeordneten GdB nicht zwingend addiert.

Der Ausweis für schwerbehinderte Menschen wird auf Antrag ab einem Grad der Behinderung (GdB) von 50 ausgestellt. Wenn die Sehschärfe mit Brille auf beiden Augen höchstens 2/10 ≙ 0,2 ≙ 20% beträgt, kann man also allein aufgrund dieser Sehbehinderung einen Ausweis für schwerbehinderte Menschen beantragen (Tabelle 5). Von einem GdB 60 an werden bestimmte Merkzeichen eingetragen.

In **Tabelle 4** sind die Merkzeichen, der damit verbundene Nachteilsausgleich und die Voraussetzungen zu ihrer Bewilligung aufgelistet. **Tabelle 5** zeigt den GdB in Abhängigkeit von der Sehschärfe.

MZ	Nachteilsausgleich	Voraussetzungen
RF	Ermäßigung der Rundfunk- und Fernsehgebühren, Ermäßigung von Telefoneinheiten bei der Telekom.	GdB 60 Visus 5/30 ≙ 0,16 ≙ 16 %
G	Erhebliche Beeinträchtigung der Bewegungsfähigkeit im Straßenverkehr; Freifahrt im öffentlichen Personennahverkehr mit Kostenbeteiligung* oder Kfz-Steuerermäßigung um 50%.	GdB 70 Visus 1/10 ≙ 0,10 ≙ 10 %
aG**	Außergewöhnliche Gehbehinderung; Freifahrt im öffentlichen Personennahverkehr mit Kostenbeteiligung* und Befreiung von der Kfz-Steuer; berechtigt mit entsprechendem Parkausweis zum Parken auf gekennzeichneten Parkplätzen, zu Parkerleichterungen im eingeschränkten Halteverbot, in Anwohnerparkzonen.	für „nur“ Sehbehinderung nicht vorgesehen
H	Hilflosigkeit; Freifahrt im öffentlichen Personennahverkehr ohne Kostenbeteiligung* und Befreiung von der Kfz-Steuer, Steuerfreibetrag unabhängig von der Höhe des GdB, sowie Anspruch auf Hilfe für hochgradig Sehbehinderte.	GdB 100 Visus 1/20 ≙ 0,05 ≙ 5 %
B	Berechtigung zur Mitnahme einer Begleitperson ist nachgewiesen; die Begleitperson fährt kostenlos, so lange sie den behinderten Menschen begleitet; gilt auch im Fernverkehr.	GdB 70 Visus 1/10 ≙ 0,1 ≙ 10 %
Bl	Blindheit; Freifahrt im öffentlichen Personennahverkehr, Befreiung von der Kfz-Steuer, Steuerfreibetrag; berechtigt mit entsprechendem Parkausweis zum Parken auf gekennzeichneten Parkplätzen und zu Parkerleichterungen im eingeschränkten Halteverbot und in Anwohnerparkzonen, sowie Anspruch auf Blindengeld.	GdB 100 Visus 1/50 ≙ 0,02 ≙ 2 % oder wenn Blindheit aus anderen Gründen als Behinderung anerkannt ist, Tabelle 3

Tabelle 4: Merkzeichen MZ im Ausweis für schwerbehinderte Menschen

Erläuterungen zu Tabelle 4

* Die Wertmarke zur Kostenbeteiligung erhält man für 72 € im Jahr oder 36 € im Halbjahr. Man ist damit berechtigt, kostenlos zu benutzen
- Züge der Deutschen Bahn AG im Umkreis von 50 km des Wohnortes.
- Züge, die in einem Verkehrsverbund fahren, auch über 50 km Entfernung vom Wohnort.

Das gleiche gilt für U- und S-Bahnen, sowie für Stadtbusse auch außerhalb des Wohnortes.

** Menschen mit Behinderungen, die das Merkzeichen **aG** in ihrem Schwerbehindertenausweis eingetragen haben, können einen Fahrdienst (bis zu 10 mal im Monat) für alle im täglichen Leben anfallenden Fahrten, z.B. Einkäufe, Behördengänge, oder die Teilnahme an Veranstaltungen, für Besuche und die Mitarbeit in Vereinen nutzen. Um den Fahrdienst in Anspruch nehmen zu können, ist ein Antrag beim örtlichen Sozialamt erforderlich.

Fahrdienst

Zuständig für die Ausstellung eines Schwerbehindertenausweises sind nach dem derzeitigen Stand ab dem 1.1.2008 die Kreise und kreisfreien Städte.

Behörden Anträge Beratung

Die Formulare erhält man bei

- dem Bürgeramt der Stadt
- den Bezirksverwaltungsstellen der Stadt
- den Beratungsstellen für sehbehinderte Menschen

Tabelle 5: Grad der Behinderung in Abhängigkeit von der Sehschärfe. Legt man nur die Einschränkung der Sehschärfe des rechten (RA) und linken (LA) Auges zugrunde, zeigt die Tabelle den Grad der Behinderung. Beispiel: Sehschärfe LA 0,1 und Sehschärfe RA 0,16 ergibt einen GdB von 60. Im Ausweis für schwerbehinderte Menschen (Schwerbehindert enausweis) erscheint das Merkzeichen **RF**, Befreiung von der Rund- und Fernsehgebührenpflicht. In der Tabelle bleiben Gesichtsfeldeinengungen und -ausfälle (vergl. Tabelle 2 und 3) unberücksichtigt. Merkzeichen werden in Bezug zum Grad der Behinderung und zur Erkrankung vergeben. Die unten aufgeführten GdBs und die entsprechenden Merkzeichen beziehen sich nur auf die Einschränkung der Sehschärfe.

RA		1,0	0,8	0,63	0,5	0,4	0,32	0,25	0,2	0,16	0,1	0,08	0,05	0,02	0
LA		5/5	5/6	5/8	5/10	5/12	5/15	5/20	5/25	5/30	5/50	1/12	1/20	1/50	0
1,0	5/5	0	0	0	5	5	10	10	10	15	20	20	25	25	25
0,8	5/6	0	0	5	5	10	10	10	15	20	20	25	30	30	30
0,63	5/8	0	5	10	10	10	10	15	20	20	25	30	30	30	40
0,5	5/10	5	5	10	10	10	15	20	20	25	30	30	35	40	40
0,4	5/12	5	10	10	10	20	20	25	25	30	30	35	40	50	50
0,32	5/15	10	10	10	15	20	30	30	30	40	40	40	50	50	50
0,25	5/20	10	10	15	20	25	30	40	40	40	50	50	50	60	60
0,2	5/25	10	15	20	20	25	30	40	50	50	50	60	60	70	70
0,16	5/30	15	20	20	25	30	40	40	50	60	60	60	70	80	80
0,1	5/50	20	20	25	30	30	40	50	50	60	70	70	80	90	90
0,08	1/12	20	25	30	30	35	40	50	60	60	70	80	90	90	90
0,05	1/20	25	30	30	35	40	50	50	60	70	80	90	100	100	100
0,02	1/50	25	30	30	40	50	50	60	70	80	90	90	100	100	100
0	0	25	30	40	40	50	50	60	70	80	90	90	100	100	100

ab 50	Schwerbehindertenausweis	100	H
60	RF	100	Bl
70	G und B		

Finanzielle Hilfen

Hilfe für hochgradig sehbehinderte Menschen

Hochgradig sehbehinderte Mitbürger erhalten in einigen Bundesländern, z.B. in NRW, auf Antrag eine Hilfe von 77,00 € monatlich. Sie ist gedacht zum Ausgleich der durch die Sehbehinderung bedingten Nachteile. Voraussetzung in NRW ist ein Visus kleiner oder gleich 1/20 ≙ 0,05 ≙ 5% und ein Alter von mindestens 16 Jahren (**Tabelle 2**). Dem Antrag ist eine ärztliche Bescheinigung beizufügen.

Anträge

Die Hilfe für hochgradig sehbehinderte Menschen wird unabhängig vom Einkommen und Vermögen gezahlt. Sie wird bei Gewährung anderer Sozialleistungen (z.B. Wohngeld, Arbeitslosenhilfe, Sozialhilfe) nicht als Einkommen berücksichtigt.

Blindengeld

Mit einem Visus auf dem besser sehenden Auge von 1/50 ≙ 0,02 ≙ 2% oder weniger gilt man vor dem Gesetz als blind und kann Blindengeld beantragen. Das gilt auch, wenn bei höherer Sehschärfe als 0,02 auf dem besseren Auge andere gewichtige Störungen des Sehvermögens vorliegen, z.B. erhebliche Gesichtsfeldschäden (**Tabelle 3**). Als Nachweis dient eine augenärztliche Bescheinigung oder das Merkzeichen Bl im Ausweis für schwerbehinderte Menschen.

Blinde Erwachsene unter 60 Jahren erhalten in NRW ein Landesblindengeld in Höhe von 629,99 € monatlich, Kinder und Jugendliche von 315,54 €. Diese Leistung wird unabhängig von Einkommen und Vermögen gewährt. Blinde, die das 60. Lebensjahr vollendet haben, erhalten 473 €. Diese Personen können, sofern ihr Einkommen und Vermögen bestimmte Grenzen nicht überschreitet, ergänzende Blindenhilfe beantragen. (Stand 1.7.2013)

Bei blinden Menschen, die Leistungen bei häuslicher, teilstationärer Pflege und Kurzzeitpflege der Pflegekassen, der privaten Pflegeversicherungen oder nach beamtenrechtlichen Vorschriften erhalten, wird das

Blindengeld, in der Pflestufe 1 um 164,50 €, in der Pfelegstufe 2 und 3 um 154,– € gekürzt. Leben blinde Menschen, in einer Einrichtung und werden die Kosten dieses Aufenthalts ganz oder teilweise aus Mitteln öffentlich-rechtlicher Leistungsträger (z.B. Sozialamt, Pflegekassen) übernommen, wird das Blindengeld um diese Leistung gekürzt, höchsten jedoch um 50% des Blindengeldes.

Das Blindengeld wird ab dem 1. des Monats gewährt, in dem der Antrag eingegangen ist, sofern die Anspruchsvoraussetzungen nachgewiesen sind.

Behörden Anträge

Ergänzende Blindenhilfe

Blinde Menschen, die älter als 60 Jahre sind, können die ergänzende Blindenhilfe nach dem BSHG (Bundessozialhilfegesetz) beantragen, falls das Einkommen und Vermögen bestimmte Grenzen nicht überschreitet.

Beratung erhält man im Sozialamt.

Behörden Anträge

Wohngeld

Wohngeld gewährt der Staat als finanziellen Zuschuss Mitbürgern, die ein geringes Einkommen haben.
Wohngeld gibt es:

- als Mietzuschuss für Mieter
- als Lastenzuschuss für Eigentümer eines Eigenheims oder einer Eigentumswohnung

Über Anspruch und Höhe des Wohngeldes entscheidet im Detail

- die Anzahl der zum Haushalt zählenden Familienmitglieder
- das Gesamteinkommen; vom Einkommen wird ein Freibetrag abgezogen, wenn ein Ausweis für schwerbehinderte Menschen vorliegt mit mindestens einem GdB 80
- die Höhe der zuschussfähigen Miete

Weitere Auskunft erteilt die örtliche Wohngeldstelle; dort sind Anträge erhältlich, ebenso Hilfe beim Ausfüllen des Antrags.

Kassenleistungen

29

Leistungen der Krankenkasse

In der gesetzlichen Krankenversicherung gibt es für sehbehinderte Menschen keine Sonderregelungen. In der privaten Krankenversicherung findet man eine Schlechterstellung von Menschen mit Behinderungen gegenüber den nichtbehinderten Versicherten, wenn Vorerkrankungen und ihre Folgen aus dem Versicherungsschutz ausgeschlossen sind oder nur gegen erhebliche Beitragsaufschläge mit versichert sind. Nach Rechtsprechung des Bundessozialgerichts ist die Finanzierung von Bildschirmlesegeräten durch die Krankenkassen nicht generell beantwortet. Es kommt im Einzelfall auf das Informationsbedürfnis des Betroffenen durch Lesen an.

Gesetzliche Krankenkassen übernehmen Kosten für Hilfsmittel und Schulungsmaßnahmen, wenn bestimmte Voraussetzungen gegeben sind. Eine augenärztliche Verordnung ist in jedem Fall notwendig. Kostenübernahme ist in manchen Fällen anteilig möglich für:

- Schulung in Orientierung und Mobilität
- weißer Geh-Taststock oder Langstock
- vergrößernde Sehhilfen, die zu den Hilfsmitteln zählen, nicht zu den sonstigen Hilfmitteln
- Farberkennungsgerät
- Schulung in lebenspraktischen Fertigkeiten
- Daisy-Abspielgerät

Beratung

Leistungen der Pflegeversicherung

Aufgrund nur einer Einschränkung der Sehfähigkeit wird keine Einstufung in die Pflegeversicherung vorgenommen.

Wer pflegebedürftig und in der gesetzlichen Krankenversicherung ist, erhält auf Antrag Sachleistungen (häusliche Pflege) oder Geldleistungen (Pflegegeld) oder eine Kombination beider Leistungen.

Als pflegebedürftig wird nur eingestuft, wer dauerhaft bei bestimmten Verrichtungen der täglichen Grundpflege sowie den hauswirtschaftlichen Tätigkeiten Hilfe benötigt, und dies in einem Umfang von mindestens 1½ Stunden pro Tag (Pflegestufe I). Mehr als die Hälfte dieser Zeit muss für die Körperpflege aufgewandt werden.

6. Rehabilitationsmaßnahmen

Eine Sehbehinderung wird besonders belastend, wenn man nicht mehr in der Lage ist, den Alltag nach eigenen Vorstellungen und selbstständig zu bewältigen. Diese Behinderung abzubauen oder zu mildern, ist Sinn der **Rehabilitationsmaßnahmen**. Für sehbehinderte Menschen umfassen sie zwei Bereiche:
Orientierung und Mobilität (O&M)
Lebenspraktischen Fähigkeiten (LPF)

Mobilität

Die Techniken zu beiden Themenkreisen werden von speziell ausgebildeten Rehalehrern vermittelt. Bei einer Schulung in Orientierung und Mobilität (**Langstocktraining**) lernt man, unahängig von einer sehenden Begleitung selbstständig
– sich vorschriftsmäßig im **Straßenverkehr** zu bewegen
– Wege in eigener Verantwortung zu erledigen
– sich auch in unbekannten Räumen und Umgebungen zurechtzufinden.

Voraussetzung
O&M und LPF werden bewilligt, wenn eine hochgradige Sehbehinderung vorliegt: Sehschärfe nicht mehr als 0,05 oder andere Störungen des Sehvermögens (z.B. Gesichtsfeldausfälle, vergl. Tabelle 2, S.21; Tabelle 3, S.22), die auch bei besserer Sehschärfe als 0,05 einen Grad der Behinderung (GdB) von 100 bedingen.

Die Schulung in Orientierung und Mobilität und zum Erwerb lebenspraktischer Fähigkeiten wird im Einzelunterricht am Wohnort des Betroffenen durchgeführt und speziell auf seine Bedürfnisse und Fähigkeiten abgestimmt. Das Spektrum für die Schulung in Orientierung und Mobilität ist sehr breit gefächert. Während es dem einen ausreicht, einige Spazierwege in der nahen Wohnumgebung allein zu bewältigen, möchte der andere lernen, sich in der Stadt zu orientieren, mehrspurige Straßen zu überqueren und Busse zu benutzen.

Vor Beginn der Schulung werden die Bedürfnisse und Wünsche des Betroffenen und die voraussichtliche Dauer in einem Gespräch mit dem Rehalehrer abgeklärt. Es besteht für gesetzlich Versicherte ein Rechtsanspruch auf Kostenübernahme durch die **Krankenkasse** ohne Eigenanteil. Der Augenarzt verschreibt zwei **Langstöcke** und Schulung in Orientierung

und Mobilität. Dieses Rezept wird mit dem Kostenvoranschlag des Rehalehrers bei der Krankenkasse eingereicht.

Auch das Erlernen der Lebenspraktischen Fähigkeiten dient der Erhaltung der **Selbstständigkeit** sehbehinderter Menschen. Hier werden Methoden und Hilfen vermittelt, die es ermöglichen, Dinge des alltäglichen Lebens zu meistern. Man unterscheidet zwischen den **Lebenspraktischen Fähigkeiten** und den **Kommunikationstechniken**.

Hilfsmittel

Lebenspraktische Fertigkeiten
- Kochen, z.B. Messen, Schneiden, Schälen, Umgang mit Hitze, ...
- Essen, z.B. Umgang mit Besteck, Servieren, Eingießen, Brot streichen, ...
- Haushalt, z.B. Tisch abwischen, Geschirr spülen, Betten beziehen, ...
- Nähen, z.B. Umgang mit der Schere, Einfädeln, Knöpfe annähen, ...
- Kleiderpflege, z.B. Bügeln, Feinwäsche waschen und aufhängen, Schuhe putzen, ...
- Körperpflege, z.B. Zahnpflege, Haarpflege, Handpflege, Kosmetik, ...

Kommunikationstechniken
- Telefon / Handy
- Umgang mit Münzen und Geldscheinen
- Körpersprache
- Brailleschrift (Punktschrift)
- Handschrift
- Umgang mit Lesegeräten

Die Lebenspraktischen Fähigkeiten werden im Einzelunterricht vermittelt und speziell auf die Bedürfnisse und Wünsche der Betroffenen abgestimmt. Der Unterricht richtet sich nach den Fähigkeiten und Kenntnissen der Einzelnen. Sehbehinderte Menschen jedes Alters können ihn in Anspruch nehmen, von der Vorschule bis ins hohe Erwachsenenalter. Die Schulung in Lebenspraktischen Fähigkeiten ist als Rehabilitationsmaßnahme seit Sommer 2001 im **Sozialgesetzbuch** verankert (SGB IX „Rehabilitation und Teilhabe behinderter Menschen“). Im Einzelfall muss die Kostenübernahme mit den Krankenkassen abgesprochen werden.

7. Hilfen

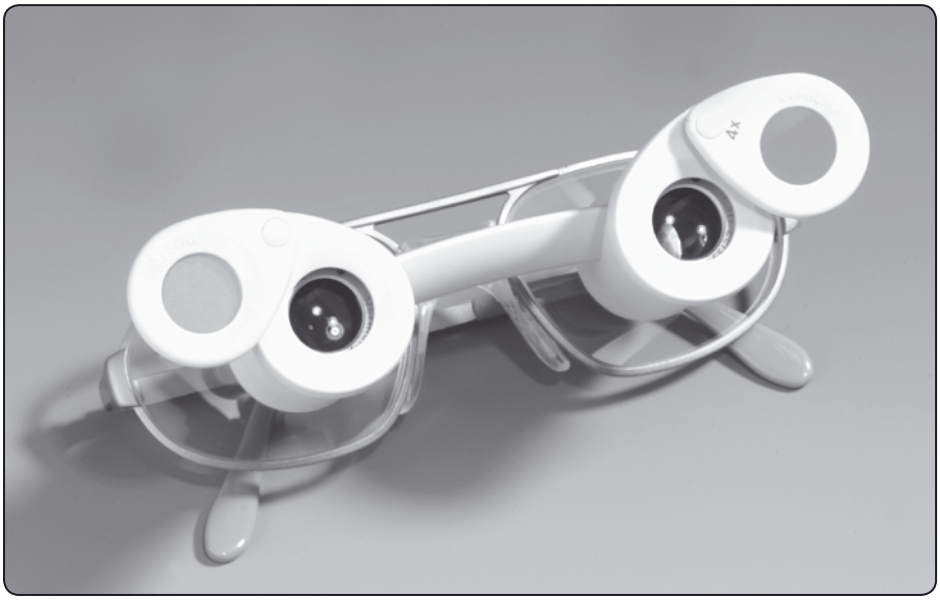
Vergrößernde Sehhilfen

32

Hilfsmittel

Wenn die zentrale Sehschärfe durch eine Erkrankung der Makula herabgesetzt wird, kann eine Vergrößerung der interessierenden Objekte, z.B. der Zeitung oder des Fernsehbildes, sehr hilfreich sein. Liegen allerdings krankheitsbedingt nicht mehr funktionstüchtige Bereiche (Gesichtsfeldschäden, Skotome) der Netzhaut vor, so gibt es Bildausfälle, die das erkennende und orientierende Sehen sehr erschweren. Bei allem, was man direkt ansieht wie z.B. die Schrift beim Zeitunglesen, stören diese Gesichtsfeldausfälle um so mehr, je größer sie sind und je näher sie an der Makula, der Stelle des schärfsten Sehens, liegen.

Lesegläser (hier von ZEISS) oder Handlupen zum Lesen haben eine typische Vergrößerung von 1,5-fach bis 5-fach. Damit die Abbildungsqualität erhalten bleibt, nimmt mit steigender Vergrößerung der Lupendurchmesser ab.



Fernrohrbrille (hier von ZEISS) für den beidäugigen Gebrauch in der Ferne (z.B. Fernsehen) mit 4-facher Vergrößerung. Für die Nähe (z.B. Lesen) wird der Seheindruck eines Auges (hier des rechten) durch ein vorklappbares Mattglas unterdrückt; mit dem anderen Auge (hier dem linken) sieht man beim Vorklappen der Linse mit 4-facher Vergrößerung. Stärkere Linsen steigern die Vergrößerung in der Nähe, der Leseabstand nimmt dabei ab.

Vergrößernde Sehhilfen helfen immer dann besonders effektiv weiter, wenn der zentrale Bereich der Netzhaut so weit intakt ist, dass man einige Worte einer Schriftzeile zusammenhängend erkennen kann.

Der Umgang mit Vergrößernden Sehhilfen ist anfangs schwierig und muss geübt werden. Je höher die Vergrößerung sein muss, desto kleiner ist die Lupe, desto mehr Geduld ist gefordert. Ein vergrößertes Schriftbild bedeutet gleichzeitig eine Verkleinerung des Ausschnitts, den man in einer Zeitung lesen will – das Überblicken einer Zeitungsseite wird deshalb immer schwieriger. Auch muss man sich an einen erheblich verringerten Leseabstand gewöhnen; oft hilft dabei ein Lesepult, das zudem beim Lesen die Wirbelsäule entlastet. Die allermeisten Schwierigkeiten lassen sich jedoch durch geduldiges Üben überwinden.

Bei einem Bildschirmlesegerät liegt das Buch oder die Zeitung auf einem beweglichen Tisch. Die im Gehäuse verborgene Kamera nimmt den darunter liegenden Textausschnitt auf und bildet ihn vergrößert auf dem Monitor ab. Durch Verschieben des Tisches wird der gesamte Text erfasst. Die Vergrößerung reicht von 5-fach bis über 30-fach. Mit steigender Vergrößerung wird der dargestellte Ausschnitt kleiner und damit das Lesen schwieriger.

Es gibt verschiedene Grundtypen Vergrößernder Sehhilfen: Optische Hilfsmittel, wie z.B. Lupen oder Fernrohrbrillen – und elektronische Hilfsmittel, wie z.B. Bildschirmlesegeräte oder Vorlesesysteme.

Optisch vergrößernde Hilfsmittel

Diese Hilfen werden am häufigsten und mit großem Erfolg eingesetzt. Die notwendige Vergrößerung optischer Hilfsmittel richtet sich nach dem aktuellen Krankheitszustand; sie kann sich mit dem Fortschreiten der Erkrankung ändern und dann muss auch eine andere vergrößernde Sehhilfe angepasst werden. Je nach Vergrößerungsbedarf unterscheidet man zwischen verschiedenen Typen.

Lupenbrillen

Die verstärkte Nahbrille (1,5- bis 3fach, im Extremfall bis 12fach), auch Lupenbrille genannt, sollte schon zu Beginn einer krankheitsbedingten Sehverschlechterung, etwa ab 50% Sehschärfe, genutzt werden. Beide Hände bleiben frei, z.B. zum Halten einer Speisekarte, und kosmetisch ist die Lupenbrille weitgehend unauffällig. Der Leseabstand wird mit wachsender Vergrößerung deutlich kleiner (bei einer 2fachen Vergrößerung beträgt der Leseabstand etwa 12 cm). Lupenbrillen werden häufig auch als Halbbrillen angeboten.

Leselupen

Bei den etwas höheren Vergrößerungen sind Leselupen mit etwa 1,5- bis 5facher Vergrößerung bequemer. Sie werden fast immer intuitiv richtig benutzt; der Abstand des Benutzers zur Lupe kann weitgehend frei gewählt werden. Je höher die Lupenvergrößerung, desto kleiner wird der Lupendurchmesser und um so schmaler wird deshalb der Ausschnitt einer Zeitung, den man zum Lesen erfassen kann. Die Vielfalt an Lupen ist nahezu unüberschaubar; sie bietet fast für jede Anwendung eine Lösung. Hier ist eine fachkundige Beratung und Erprobung unerlässlich. Spezialisierte Augenoptiker, die Sehbehindertenambulanzen der Augenkliniken und die Beratungsstellen für sehbehinderte Menschen helfen weiter.

Fernrohrlupenbrillen

Bei Vergrößerungen von ca. 3- bis 15fach können Fernrohrlupenbrillen angewandt werden. Das sind kleine, in

eine Brille eingebaute Fernrohre, die mit einer Aufstecklupe auf die Nähe ausgerichtet sind. In der Regel wird nur das besser sehende Auge berücksichtigt. Der Leseabstand ist deutlich größer als bei Lupenbrillen, nimmt aber auch mit steigender Vergrößerung deutlich ab. Fernrohrlupenbrillen sind erheblich schwieriger zu benutzen als Lupenbrillen oder Lupen. Hier muss der Leseabstand ganz genau eingehalten werden, sonst erkennt man gar nichts. Mehr noch als bei den Leselupen, muss hier kompetent beraten und angepasst werden.

„Fernsehbrille“
Fernrohrlupenbrillen, die primär als Hilfe für die Nähe in Frage kommen, können durch einfaches Abnehmen der Aufstecklupe zum Fernsehen eingesetzt werden (Fernrohrbrille); die Vergrößerung liegt etwa zwischen 2- und 4fach.

Nach dem gleichen Fernrohrprinzip arbeiten die einfach, aber zweckmäßig konstruierten Fernsehbrillen. Im Gegensatz zu den meisten Fernrohrbrillen, kann hier der Benutzer selbst den Abstand zum Fernsehgerät einstellen, um das Programm scharf und vergrößert zu verfolgen.

Ähnlich hohe Vergrößerungen wie mit der Fernrohr- oder Fernsehbrille erhält man, wenn man sich dem Fernsehgerät auf etwa 1 m nähert. Da man dann die Fernrohrbrille nicht zu tragen braucht, ist das meistens bequemer. Die normale Brille sollte dann auf den verkürzten Abstand zum TV Gerät eingestellt sein.

Monokulare
Zur Orientierung unterwegs können Monokulare eingesetzt werden. Das sind Fernrohre für ein Auge mit Vergrößerungen von ca. 3- bis 10fach, die man auf verschiedene Entfernungen einstellen kann, um z.B. interessierende Schilder, Zeichen oder auch Schaufensterauslagen besser erkennen zu können. Bewegen kann man sich mit diesen Hilfsmitteln nicht, sie sind nur in Ruhe zu gebrauchen.

Elektronisch vergrößernde Hilfsmittel

Neben den klassischen, optisch vergrößernden Sehhilfen werden immer mehr elektronische Systeme eingesetzt – einerseits zu einer visuell zu nutzenden Vergrößerung, andererseits aber auch zur akustischen Darbietung von Texten unterschiedlichster Art.

Lupen mit integrierter Kamera, Lesemaus

Eine einfaches elektronisches Hilfsmittel ist eine Lupe, in die eine Chipkamera eingebaut ist. Was man durch die Lupe vergrößert sieht, nimmt die Kamera auf. Sie wird mit einem Fernsehgerät oder Monitor verbunden, auf denen dann das vergrößerte Bild erscheint. Die Kamera kann statt in einer Lupe auch in einer Maus, wie man sie vom PC her kennt, eingebaut sein; man spricht dann von einer Lesemaus. Beide Hilfsmittel unterstützen die Mobilität, da sie an die meisten Bildschirme angeschlossen werden können. Ihre Vergrößerungsmöglichkeiten sind gegenüber Bildschirmlesegeräten eingeschränkt. Zur sicheren Kameraführung ist neben einer ruhigen Hand eine feste Tischunterlage, auf der z.B. das Schriftstück liegt, über das die Kamera bewegt wird, unerlässlich. Sehbehinderten Menschen macht die Verkabelung mit dem Bildschirm meistens Schwierigkeiten.

Elektronische Lupen

In elektronischen Lupen sind eine Kamera und ein kleiner TFT-Bildschirm vereint. Diese Hilfen werden immer kompakter gebaut. Sie sind ebenso wie die optischen Sehhilfen überall hin mitzunehmen und steigern so die Mobilität sehbehinderter Menschen. Die Vergrößerungen liegen im Bereich 4- bis 10fach, im Extremfall bis ca. 20fach. Bei den höheren Vergrößerungen werden wegen des kleinen Bildschirms nur einzelne, kleine Worte oder wenige Buchstaben dargestellt.

Bildschirmlesegerät

Ein viel genutztes elektronisches Hilfsmittel ist das Bildschirmlesegerät: Eine Kamera nimmt den Zeitungsdruck auf und bringt ihn, über ein Zoomobjektiv nach Bedarf vergrößert, auf einen Bildschirm. Die Vergrößerung lässt sich stufenlos etwa von 5- bis 40fach einstellen; bei den höheren Vergrößerungen wird allerdings der von der Zeitung auf-

genommene Ausschnitt extrem klein. Die Zeitung muss zeilenweise unter der Kamera bewegt werden, damit man den vergrößerten Text lesen kann. Um die Nutzungsmöglichkeiten zu erweitern, wird immer häufiger statt der Schwarzweiß- eine Farbdarstellung angeboten. Der Tisch, auf dem das Bildschirmlesegerät steht, muss der Körpergröße des Benutzers angepasst sein. Er sollte beim Blick geradeaus, besser noch beim Blick leicht nach unten, auf die Mitte des Bildschirms sehen können.

Lesesprechgeräte, Vorlesesysteme
Moderne Kamerachips und Scanner können größere Schriftstücke aufnehmen; in einem angeschlossenen PC werden die Daten bearbeitet und danach vergrößert auf einem Bildschirm visuell oder über eine Sprachausgabe akustisch dargeboten. Die erste Ausgabemöglichkeit zählt zu den Bildschirmlesegeräten, die zweite zu den Vorlesesystemen oder Lesesprechgeräten. Aufwändigere Geräte für den Arbeitsplatz erlauben eine Bearbeitung der ohnehin im PC vorliegenden Daten.

Lesesprechgeräte für den Privatbereich sind meistens sehr kompakt gebaut. Sie verfügen über eine eigens entwickelte, leicht zu bedienende Tastatur mit wenigen großen Tasten. Die Tastenbedienung wird von einer Sprachausgabe begleitet. Man kann ganze Bücher einscannen und sie nach Bedarf vorlesen lassen. Dabei kann man im Text „navigieren“, d.h. hin und her springen, Passagen wiederholt vorlesen, und schwierige Worte buchstabieren lassen. Die Wiedergabe der Texte auf einer Braillezeile ist auch möglich.

Universal-Reader

UniversalReader
Ein besonderes Lesesprechgerät ist der UniversalReader mit seiner Zeitungsvorlesefunktion. Mit allen Vorzügen eines Vorlesesystems ist er in der Lage, über die Telefonleitung nachts die Frühausgabe ausgewählter regionaler und überregionaler Tageszeitungen abzurufen. Man kann sie am nächsten Morgen mit Hilfe einer besonders einfach strukturierten Menüführung vorlesen lassen. Eine übersichtliche Tastatur ermöglicht, aus dem Inhaltsverzeichnis der Zeitung Artikel auszuwählen.

PC
Immer häufiger werden auch die Möglichkeiten des heimischen PC als Vergrößernde Sehhilfe genutzt. Meistens wird der PC (in Verbindung mit einem Scanner oder einer externen Kamera) als Vorlesesystem eingesetzt, nachdem eine entsprechende Software zur Sprachwiedergabe von Texten installiert wurde. Die Nutzung ist vielfältiger, da auch eigene Texte direkt vorgelesen werden können, aber auch erheblich schwieriger als bei den kompakten kommerziellen Vorlesegeräten. Zumindest bei der Installation der Software sind die meisten Menschen auf Spezialisten angewiesen. Über die Möglichkeiten der Lesesprechausgabe hinaus lässt sich der PC durch Vergrößerung des kompletten Bildschirminhalts auch von sehbehinderten Menschen nutzen. Dazu gibt es verschiedene, zusätzlich zu den Anwendungsprogrammen zu installierende Softwaresysteme, die alles, auch die Menüleisten und Symbolzeilen, vergrößert darstellen. Auch hier gilt: Mit steigender Vergrößerung wird der Ausschnitt aus der ursprünglichen Monitorseite immer kleiner, die man deshalb nur durch Scrollen ganz erfassen kann. Die Arbeit an einem solchen PC ist sehr komplex und erfordert eine intensive Schulung, z.B. in einem Berufsförderungswerk.

Filtergläser („getönte" Brillengläser)
Filtergläser blenden bestimmte Teile des Lichts aus: Sie blockieren meistens den blauen Teil des Spektrums und lassen den roten passieren. Deshalb sind Filtergläser oft rötlich bräunlich gefärbt und man spricht von einer „Tönung" der Gläser. Wenn von einer Tönung 60% die Rede ist, meint man, dass 60% des sichtbaren Lichts durch das Glas geblockt werden. Filtergläser verfolgen verschiedene Zwecke: Sie dienen dem Schutz der abbildenden Augenmedien und der Netzhaut; sie unterstützen die Prophylaxe degenerativer Netzhauterkrankungen, z.B. der altersbedingten Makuladegeneration; sie tragen zur subjektiven Kontrastverbesserung und Blendungsminderung bei. Für den Augenschutz werden Filtergläser eingesetzt, die den gesamten Ultraviolettbereich (UV) und auch Teile des sichtbaren Blaus vollständig blockieren. Es gibt Hinweise, dass degenerative Netzhauterkrankungen möglicherweise durch eine vermehrte UV- und Blau-Exposition begünstigt werden. Zur

Prophylaxe kommen hier Filtergläser in Frage, die vom UV-Bereich bis weit ins sichtbare Spektrum hinein abschirmen. Der Übergang vom blockierten zum durchgelassenen Licht kann moderat verlaufen, aber auch sehr steil. Besonders in diesem letzten Fall spricht man von Kantenfiltergläsern. Sie werden zur Steigerung des Kontrastsehens und Minderung der Blendung eingesetzt. Den gleichen Effekt kann man oft auch mit Sonnenschutzgläsern, die ja auch zu den Filtergläser zählen, erzielen. Filtergläser müssen dem Augenbefund entsprechend verordnet und angepasst werden; ihre Wirksamkeit muss stets überprüft werden. Bei der Auswahl der Fassung sollte man darauf achten, ein möglichst eng anliegendes Modell zu wählen, damit kein ungefiltertes Licht von oben oder den Seiten ins Auge gelangt. Wertvolle Hilfe bietet immer eine einfache, die Augen beschattende Schirmmütze, auch wenn sie nicht zu den Sehhilfen gehört.

Vergrößernde Sehhilfen müssen individuell nach dem Krankheitsbild und der gewünschten Anwendung angepasst - werden, damit sie einen optimalen Nutzen bringen. Wenn sie nicht die ganz persönlichen Anforderungen erfüllen, helfen sie nicht viel. Die zufriedenstellende Benutzung vergrößernder Sehhilfen setzt eine sichere Handfertigkeit in ihrer Anwendung voraus. Das muss geübt werden – die Beratungsstelle für Sehbehinderte hilft dabei.

Schulen und Ausbildung

Vergrößernde Sehhilfen werden von spezialisierten Augenärzten und Augenoptikern angepasst, in den Sehbehindertenambulanzen vieler Augenkliniken und in vielen Einrichtungen, die sich mit den Belangen sehbehinderter und blinder Menschen befassen, wie z.B. Berufsförderungswerke und Berufsbildungswerke.

Medien

Viele Medien haben sich auf die Anforderungen sehbehinderter und blinder Menschen eingestellt. Fast alle übermitteln ihre Information über das Gehör statt über das Auge, z.B. Hörbüchereien, Hörfilme, Tonbandzeitungen, Vorlesegeräte, Computer, Radioprogramme, UniversalReader.

Hörbücherei

Hörbüchereien bieten sehbehinderten und blinden Menschen die Möglichkeit, Bücher und Zeitschriften „mit den Ohren zu lesen“. Ausgewählte Bücher und Zeitschriften werden von geschulten Sprechern vorgelesen und auf mobilen Festplatten gespeichert. Anschließend werden die aufgezeichneten Dateien mit Hilfe von „Daisy“, einem weiterentwickelten MP3-Verfahren, in digitale Hörbücher umgewandelt. Eine CD kann bis zu 40 Stunden Text enthalten. Zum Abhören der Bücher benötigt man ein MP3 Abspielgerät. Ein kontrastreich gestaltetes und einfach zu bedienendes Abspielgerät erleichtert den Umgang mit Hörbüchern. Die verfügbaren Titel umfassen neben der Unterhaltungsliteratur auch Sachbücher und wissenschaftliche Werke.

Medien

Hörbüchereien sind Leihbüchereien: Die CDs werden per Post oder Telefon bestellt und dann in briefkastengerechten Versandboxen portofrei ausgeliehen. Die Ausleihfrist beträgt in der Regel 4 Wochen für Hörbücher und 5 Tage bis 3 Wochen für Hörzeitschriften. Man kann auch mit einer Bestellkarte der Hörbücherei seine Buchwünsche mitteilen. Diese Wunschliste wird gespeichert und nach und nach abgearbeitet. Die Rücksendung der ausgeliehenen CDs erfolgt denkbar einfach: Ein mitgelieferter Adressenaufkleber wird auf die Empfängeradresse geklebt und die Versandbox ohne Porto in den nächsten Briefkasten geworfen.

A-Z

Abspielgerät für Hörbücher

Möchte man die Möglichkeiten der Hörbüchereien nutzen, muss man sich mit einem speziellen Formular anmelden und einen Nachweis über die Sehbehinderung, den man in der Regel vom Augenarzt oder den Beratungsstellen für blinde und sehbehinderte Menschen bekommt, beifügen. Es werden keine Gebühren für die Aufnahme noch für das Ausleihen der Hörbücher verlangt. Die Arbeit der Hörbüchereien wird zum größten Teil über freiwillige Spenden finanziert.

Viele öffentliche Büchereien bieten Bücher in Großdruck und auch Hörbücher an. Oft ist ein eigenes Auswahlverzeichnis in diesen Büchereien zu haben. Wenn man ans Haus gebunden ist, kann man in Münster einen speziellen Service in Anspruch nehmen: Über „Bücher auf Rädern“ werden einmal im Monat

Medien

die gewünschten Hörbücher und Hörzeitungen direkt ins Haus gebracht. In den heimischen Stadtbüchereien weiß man, ob es auch dort diesen oder einen ähnlichen Service gibt.

Hörfilme

Ein Hörfilm ist ein normaler Film mit zusätzlichen akustischen Bild- und Handlungsbeschreibungen. In den Dialogpausen vermitteln knappe Erläuterungen die visuellen Elemente einer Szene. Audiodeskription nennt sich diese Technik, die sehbehinderten und blinden Menschen einen Zugang zum Fernsehen aber auch zu Kino und Theater eröffnet.

Medien

Hörfilme werden im Zweikanalton-System ausgestrahlt. Die Audiodeskription ist zu hören, wenn man über Fernbedienung oder Display den zweiten Tonkanal anwählt. Hierbei sind die meisten sehbehinderten und blinden Menschen auf Hilfe angewiesen, oder man speichert die für Hörfilm-Ausstrahlung in Frage kommenden Sender auf einem freien Programmplatz ein zweites Mal ab, mit dem voreingestellten 2. Tonkanal (nicht bei allen Geräten möglich).

Bei einem Fernsehempfang über Satellit können nur die Hörfilme von 3-sat, Arte und BR erreicht werden. Die Hörfilme von B1, MDR, NDR, ORB und SWF sind über Antenne nur im unmittelbaren Sendegebiet zu empfangen, häufig aber auch über Kabel in weiteren Regionen.

Einige Programmzeitschriften kennzeichnen Hörfilme mit dem Hörfilmlogo. Sendetermine der ARD sind im Videotext auf Tafel 397 zu finden, die des ZDF auf Tafel 775. Unter einer bestimmten Telefonnummer kann der Videotext dieser Sender auch akustisch abgerufen werden. Das gleiche leistet die **Hörfilm GmbH**; sie bietet Telefonservice, Faxabruf, Emailverteiler der aktuellen Hörfilme und Internet-Adressen an.

Medien

Aktion Tonbandzeitung

Die Aktion Tonbandzeitung bietet ein breites Spektrum von Hörzeitungen an. Die Artikel werden auf Daisy-CD gelesen und ausgeliehen. Zum Angebot gehören die Lokalzeitungen von mehr als dreißig Städten und Regionen, die meist in wöchentlicher Zusammenfassung erscheinen. Eine Informations-CD nennt das vollständige Angebot an Zeitschriften.

Viele weitere Institutionen bieten ebenfalls Zeitungen und Zeitschriften, Illustrierte, Bücher und Magazine zum Hören an, z.B. die Kirchen und die örtlichen und überregionalen Blinden- und Sehbehindertenvereine.

Medien

Vorlesegeräte / Lesesprechgeräte

Interessierende Texte werden von einem Scanner, ähnlich wie bei einem Kopierer, oder einer Kamera eingelesen, von einem Computerprogramm bearbeitet und schließlich von einer synthetischen Stimme vorgelesen. Eine einfache Tastatur ermöglicht es, sich im Text zu bewegen, z.B. ausgewählte Stellen noch einmal lesen zu lassen oder Stellen zu überspringen.

Hilfsmittel

S. 38

Der UniversalReader ist ein Vorlesesystem mit der zusätzlichen Möglichkeit, über die Telefonleitung Zeitungen zu abonnieren und sich vorlesen zu lassen, z.B. die Westdeutsche Allgemeine Zeitung mit vielen Lokalteilen, die Süddeutsche Zeitung, die Frankfurter Rundschau, und viele andere.

Universal Reader

Computer

Computer bieten über die Möglichkeiten der Sprachausgabe eine Vielzahl von Nutzungsmöglichkeiten für sehbehinderte und blinde Menschen. Die Ausgabe kann auch über eine Braillezeile erfolgen. Eine umfassende Beratung sollte vor der Anschaffung der entsprechenden Hard- und Software erfolgen. Viele Hersteller bieten regionale Vorführungen ihrer Produkte an. Durch die intuitive Nutzung der Touchscreen-Oberfläche wir die PC.Nutzung vereinfacht. Mit Fingerbewegungen lassen sich Schriften vergrößern und Programme aufrufen. Integrierte Sprach-Ein- und -Ausgaben können häufig die Anwendung unterstützen.

Hilfsmittel

S. 39

Medien

Radioprogramme
Viele Sender geben ihr Programm 14-tägig als Broschüre heraus, die gegen einen moderaten Jahresbeitrag abonniert werden können

44

Alltagshilfsmittel

Hilfsmittel für Menschen mit Seheinschränkungen können die Bewältigung des Alltags sehr erleichtern und die Selbstständigkeit vergrößern oder erhalten. Dabei versteht man unter Hilfsmitteln nicht nur spezielle Geräte, die für die Bedürfnisse seheingeschränkter Personen entwickelt wurden, sondern ebenso praktische Dinge, die auch normalsichtigen Menschen das Leben erleichtern.

Das alltägliche Leben muss in vielen Bereichen verändert werden. Inwieweit Hilfsmittel zum Einsatz kommen, ist immer von den Bedürfnissen der Betroffenen abhängig und von deren Bereitschaft, sich auf diese Hilfsmittel einzulassen. Einige Hilfsmittel erschließen sich in ihrer Handhabung sofort, bei anderen muss man die Anwendung sicherlich erst lernen. Unterstützung können hierbei Rehalehrer und -lehrerinnen der Lebenspraktischen Fähigkeiten geben. Bei der Bewältigung des Alltags spielen die Lebenspraktischen Fertigkeiten eine sehr große Rolle. Es gibt eine Menge Tricks, die das alltägliche Leben erleichtern, wenn man sie gelernt hat. Manche ermöglichen sogar den Verzicht auf teure Hilfsmittel, z.B. lassen sich die Schwierigkeiten beim Eingießen von Getränken mit einem Füllstandsanzeiger bewältigen. Dieses kleine, aber recht teure Gerät hängt man in eine Tasse oder ein Glas. Sobald die Flüssigkeit die Sensoren des Anzeigers erreichen, gibt das Gerät einen Piepton von sich, das Glas oder die Tasse ist dann entsprechend gefüllt. Man kann aber ebenso gut eine Technik erlernen, heiße und kalte Getränke einzugießen. Bei kalten Getränken stellt man das Glas an die Tischkante seitlich neben sich und umfasst den Glasrand mit Daumen und Zeigefinger, wobei das letzt Fingerglied innen am Glasrand liegt. Nun ertastet man den Flaschenhals und legt ihn auf den Glasrand und gießt ein, bis

die Flüssigkeit den Finger erreicht.
Hilfsmittel für die Bewältigung des Alltags lassen sich in verschiedene Gruppen einteilen.

Geräte mit Sprachausgabe

Alle Geräte setzen visuelle Signale in Sprache um, die bei Bedarf abgerufen werden kann.

Hilfsmittel

- (Armband-) Uhren
- Wecker
- Küchenwaage
- Personenwaage
- Fieberthermometer
- Thermometer für innen und außen
- Taschenrechner
- Blutdruckmessgerät, kann vom Arzt verschrieben werden
- Blutzuckermessgerät, kann vom Arzt verschrieben werden
- Farberkennungsgerät: Es ermöglicht Menschen, die Farben nicht oder nur sehr eingeschränkt wahrnehmen können, selbstständig Farben zu unterscheiden, z.B. bei der Auswahl der Kleidung. Das Gerät wird an den Gegenstand gehalten und sagt nach Tastendruck die jeweilige Farbe an. Kann man den mehrfach täglichen Gebrauch nachweisen und lebt man allein, so kann man ein Farberkennungsgerät vom Augenarzt verschreiben lassen, die Krankenkasse übernimmt die Kosten.
- Mikrowelle mit sprachgesteuerter Bedienung
- Sprachgeführtes Telefon-, Notiz- und Adressbuch. Ein sprachgeführtes Notizbuch funktioniert ähnlich wie ein Diktiergerät, Ansagen werden aufgenommen und es gibt die Möglichkeit zwischen einzelnen Ansagen zu springen oder Ansagen in Ordnern zu sortieren. Unterschiedliche Ausführungen ermöglichen einen individuellen Gebrauch. So kann man Geräte bekommen, die mit fünf sehr gut markierten Tasten einfach zu bedienen sind oder Geräte mit großen Speichern, auf denen man sehr viele Informationen unterbringen kann, die aber an die Bedienung größere Anforderungen stellen. Solche Notizgeräte lassen sich in unterschiedlichsten Bereichen einsetzen; neben dem Gebrauch von Telefonbuch, Terminkalender, Adressenverzeichnis kann man Einkaufslisten, Erinnerungen und auch Geschichten aufsprechen.

– Sprechendes Etikett, ermöglicht Gegenstände fehlerfrei wieder zu erkennen. Sogenannte Smart-Labels in der Größe von Preisschildern werden an den betreffenden Gegenständen angebracht. Mit einem Handgerät werden Informationen zu diesem Gegenstand aufgesprochen. Zum Auffinden der Informationen liest das Gerät die aufgesprochenen Informationen wieder vor. Nutzen kann man diese Technik, um Medikamente oder Konservendosen zu markieren.
– Smartphones: Diese Mobiltelefone ermöglichen über sogenannte Apps zusätzliche Funktionen zu nutzen. Z.B. kann das Handy als Taschenlampe, Lupe, Navigations- oder Vorlesesystem genutzt werden. Einige Geräte haben eine Sprachsteuerung integriert, für andere Geräte kann man entsprechende Apps installieren. Durch die vielen Anwendungen, die gerade für sehbehinderte und blinde Menschen viele Vorteile bieten, sind Smartphones attraktive Alltagsgeräte.
– Messbecher mit Sprachausgabe der Füllmenge
– Kompass

Markierungen
helfen, ähnliche Dinge durch Kontraste oder taktile Kennzeichnung voneinander zu unterscheiden.

– Tastpunkte, die durchsichtig oder farbig sein können, dazu selbstklebend, ermöglichen tastbare Markierungen für Schalter und Einstellungen, z.B. an Tastaturen, Waschmaschinen, Herden, Abspielgeräten für Hörbücher
– Bunte Filzstifte dienen zur farbigen Markierung
– Markierungsstreifen für Treppenstufen in unterschiedlichen Farben helfen bei der Orientierung. Ist die erste und die letzte Treppenstufe so gekennzeichnet, fällt es seheingeschränkter Menschen leichter, die Treppen zu benutzen.
– Reflexstreifen, kann man an der Kleidung und an Stöcken anbringen, um auch in der Dämmerung und Dunkelheit von Autofahren gesehen zu werden.
– Nagellack, Konturenpaste für Hinterglasmalerei, Plusterfarben, Lackstifte, Drei-D-Lack eigen sich auch zum Markieren, ebenso Gummibänder, Pflaster, Tesakrepp, farbige Klebepunkte und Ähnliches.

Kennzeichnung

– Weißer Gehstock
– Langstock
– Gelbe Armbinde mit 3 schwarzen Punkten an beiden Armen

Alle drei kennzeichnen sehbehinderte Menschen im Straßenverkehr.

– Gelbe Anstecknadeln mit 3 schwarzen Punkten sind ein gutes Zeichen, um andere Menschen auf die Seheinschränkung aufmerksam zu machen. Hilfe wird viel eher angeboten, Fragen müssen nicht mehr erklärt werden. Z.B. Busfahrer, Verkäuferinnen, Arzthelferinnen können die Seheinschränkung erkennen, die Betroffen müssen nicht erst auf ihre Einschränkung aufmerksam machen. Die Anstecknadel gilt nicht als Kennzeichen im Straßenverkehr.
– Badekappe, gelb mit drei schwarzen Punkten.

Kommunikationshilfen

– Telefon mit großen Tasten, möglichst kontrastreich gestaltet.
– Telefonsprachwahlbox, geeignet für analoge Telefone. Namen werden aufgesprochen, die entsprechenden Telefonnummer dazu gespeichert. Möchte man telefonieren, reicht es, den Namen anzusagen, die dazu gespeicherte Nummer wird automatisch gewählt.
– Wählhilfe oder Ruftastenerweiterung: Dieses Zusatzgerät, welches an jeden Festnetzanschluss mitangeschlossen werden kann, verbindet durch Tastendruck mit der gewünschten Person. Auf neun großen, leicht fühlbaren Tasten können individuell Rufnummern gespeichert werden. Es gibt auch Geräte mit noch mehr belegbaren Tasten.
– Diktiergerät, digitale Geräte sind besonders geeignet. Ansagen werden aufgenommen mit der Möglichkeit, zwischen einzelnen Ansagen zu springen oder Ansagen in Ordnern zu sortieren. Unterschiedliche Ausführungen ermöglichen einen individuellen Gebrauch. So kann man Geräte bekommen, die mit fünf sehr gut markierten Tasten einfach zu bedienen sind oder Geräte mit großen Speichern, auf denen man sehr viele Informationen unterbringen kann, die an die Bedienung größere Anforderungen stellen. Solche Notizgeräte lassen sich in unterschiedlichsten Bereichen einsetzen, neben Telefonbuch, Terminkalender, Adressenverzeichnis kann man Einkaufslisten, Erinnerungen und auch Geschichten aufsprechen.
– Unterschriftenschablone, ermöglicht die Unterschrift an der dafür vorgesehenen Stelle.

– Schreibschablonen, aus verschiedenen Materialen und in verschiedenen Größen ermöglichen, beim Schreiben in der Zeile zu bleiben, das Geschriebene wird nicht schräg und rutscht nicht in eine andere Zeile. Betroffene können damit nicht selber lesen, was sie schreiben, aber anderen schriftliche Nachrichten hinterlassen, Grüße senden oder Notizen festhalten.
– Schreibpapier mit tastbaren Linien
– Schreibpapier mit sehr dicken Linien. Beide Papiere dienen dem gleichen Zweck wie die Schreibschablonen.
– Tablet PCs: Dieses elektronische Hilfsmittel kann vielerlei Funktionen für Sehbehinderte erfüllen. Durch die vergrößerte Wiedergabe von Texten können diese besser gelesen werden. Die Möglichkeit das Internet zu nutzen führt dazu, eMails bearbeiten oder jegliche andere Information nutzen zu können. Ein Sprachein- und -ausgabe kann häufig zusätzlich unterstützend mitgenutzt werden.

Hilfsmittel

Haushalt und Alltag

– Küchenwaage mit Laufgewicht
– Küchenschnellwaage
– Diät- und Briefwaage
– Küchenwaage mit Sprachausgabe
– Eitrenner
– Messlöffelgarnitur
– Messtassensortiment mit Umrechnungstabelle
– Messbecher mit taktiler Kennzeichnung
– Eierkocher
– Anti-Rutsch-Material auf Rollen
– Kurzzeitwecker mechanisch mit tastbaren Markierungen oder mit Sprachausgabe
– Spritzschutzsieb
– Abgießsieb für den Topf
– Zwiebelhacker
– Allzweckreibe
– Füllstandsanzeiger, hängt man in eine Tasse oder ein Glas. Sobald die Flüssigkeit die Sensoren des Anzeigers erreicht, gibt das Gerät einen Piepton von sich, das Glas oder die Tasse ist dann entsprechend gefüllt.
– Öffnerhilfe für Schraubdeckelgläser
– Messer mit Abstandshalterung

– Messerblock
– Pfannendoppelwender (wie Zange zu benutzen)
– Tischsets zur Erzeugung von Kontrasten zum Untergrund
– Milchalarm
– Farberkennungsgerät mit Sprachausgabe: Es ermöglicht Menschen, die Farben nicht oder nur sehr eingeschränkt wahrnehmen können, selbstständig Farben zu unterscheiden, z.B. bei der Auswahl der Kleidung. Das Gerät wird an den Gegenstand gehalten und sagt nach Tastendruck die jeweilige Farbe an. Kann man den mehrfach täglichen Gebrauch nachweisen und lebt man allein, so kann man eine Farberkennungsgerät vom Augenarzt verschreiben lassen, die Krankenkasse übernimmt die Kosten.
– Münzbox: Unterschiedlich große Steckplätze ermöglichen ein Sortieren der verschiedenen Euromünzen.

Die Euromünzen lassen sich sehr gut an den verschieden gestalteten Rändern erkennen.

Euromünzen:	2 Euro	durchgehend fein geriffelter Rand
	1 Euro	fein geriffelter Rand mit Unterbrechungen
	50 Cent	durchgehend grob geriffelter Rand
	20 Cent	„Spanische Blume“ 5 Einkerbungen im Rand
	10 Cent	durchgehend grob geriffelter Rand, kleiner als 50 Cent
	5 Cent	glatter Rand
	2 Cent	umlaufende Rille im Rand
	1 Cent	glatter Rand; kleiner als 5 Cent

Diese tastbaren Unterscheidungen sollte man zu Hause in aller Ruhe lernen und üben. Dann empfiehlt es sich, die Münzen zu sortieren und nur Münzen, die sich sehr gut unterscheiden lassen ins Portmonee zu legen, z.B. nur 1 Euro- und 50 Cent-Münzen, damit man an der Kasse schnell unterscheiden kann, welche Münzen benötigt werden. Das Wechselgeld steckt man in die Jackentasche und sammelt es, um es später in der Sparkasse oder Bank in die entsprechenden Münzen umtauschen zu lassen. So besteht die Möglichkeit, auch mit Münzen selbstständig zu

bezahlen, ohne das Portmonee aus der Hand zu geben.
– Geldscheinschablone, zum Ertasten der Geldscheine anhand der Größe. Geldscheine kann man verschieden falten, um sie möglichst schnell und sicher zu erkennen, z.B. 5 Euroschein glatt ins Portmonee stecken, 10 Euroschein einmal falten, 20 Euroschein zweimal falten.

Freizeitbereich und Spiele

– Brett und Würfelspiele für Kinder und Erwachsene
– Kartenspiele mit Symbolkennzeichnung: Für die vier Spielfarben gibt es unterschiedliche Symbole, ebenso für den Wert der einzelnen Karte. Diese Symbole sind aufgeprägt und lassen sich mit etwas Übung ertasten.
– Kartenspiele für hochgradig sehbehinderte Menschen, die Symbole sind vergrößert oder die Karten sind deutlich größer als gewöhnliche Kartenspiele.
– Spielwürfel in verschiedenen Ausführungen

→ S. ???

– eBook-Reader zum Lesen digitaler Bücher ermöglichen eine individuelle Einstellung der Schriftgröße und des Kontrasts.

→ S. 41

– Hörbücher, kann man auf verschiedenen Tonträgern bekommen, auf Kassetten, auf CD oder als MP3. Wichtig ist ein einfach zu bedienendes Abspielgerät, am bestens eins, dass nur für die jeweilige Funktion vorgesehen ist.
– Hörzeitungen: Tageszeitungen, Wochenzeitungen und Illustrierte gibt es in den verschiedensten Versionen als Hörausgabe. Einige Tageszeitungen werden in wöchentlichen Zusammenfassungen als Hörkassetten produziert (Aktion Tonbandzeitung), einige Illustrierte werden aufgesprochen und einige Zeitungen kann man täglich mit einem UniversalReader vorlesen lassen.

→ S. 38

Der UniversalReader ist ein PC mit Sprachausgabe und Internetanschluss. Die speziell aufbereitete Tageszeitung oder Illustrierte wird über die Telefonleitung im PC gespeichert und kann nach Bedarf mit einer synthetischen Stimme vorgelesen werden. Eine einfache Tastatur ermöglicht aus dem Inhaltsverzeichnis der Zeitung bestimmte Artikel auszuwählen.

Kleiderpflege

– Bügeleisenfolie, verhindert das Ansengen des Bügelgutes.
– Markierungsknöpfe und –bänder: Mit verdeckt eingenähten Knöpfen lassen sich ähnliche Kleidungsstücke voneinander unterscheiden. Lässt man in dazu passende Kleidungsstücke gleiche Knöpfe nähen, kann man an Hand der Knöpfe erkennen, welche Kleidungsstücke zusammen passen.
– Sockenhalter, sind Kunststoffplättchen mit sternförmigen Aussparungen, in die man Socken paarweise einklemmen kann. Diese Plättchen sind waschbar, so dass man Sockenpaare nicht mühevoll zusammensuchen muss.

Medizintechnik und Gesundheitspflege

– Tablettenbox
– Akustischer Tropfenzähler
– Augentropfentrichter
– Blutzucker- und Blutdruckmessgerät mit Sprachausgabe
– Personenwaage mit Sprachausgabe
– Fieberthermometer mit Sprachausgabe

8. A – Z, Stichwortverzeichnis

Abspielgeräte für Hörbücher

52

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Hörbücher aufzunehmen und wiederzugeben. Aktuell werden Hörbücher auf einer CD gespeichert. Dabei gibt es unterschiedliche Formate.
Im Audioformat besitzen die CD eine Abspielzeit von ca. 1 Stunde; für umfangreiche Bücher reicht das oft nicht aus. Diese Zeit – und damit natürlich auch die Anzahl der vorgelesenen und gespeicherten Bücher – erhöht sich, wenn man das Daten komprimierende Format MP3 verwendet, auf ca. 40 Stunden. Im ersten Fall reicht ein normaler CD Player aus, im zweiten ist ein MP3 Player erforderlich. Die Hörbücher der Blinden- und Sehbehindertenbüchereien werden im komprimierenden MP3 Format auf CD angeboten. Zusätzlich werden die Bücher nach einem fest vorgegebenen Muster strukturiert auf der CD gespeichert. Dieses Format ist das **Daisy** Format (**D**igital **A**ccessible **I**nformation **Sy**stem), auf das sich die Blinden- und Sehbehindertenbüchereien international geeinigt haben. Man kann, wenn man dieses Format benutzt, z.B. wie in einem richtigen Buch blättern, von Seite zu Seite oder Kapitel zu Kapitel springen, Lesezeichen setzen. Daisy (MP3) Hörbücher verfügen über sehr gute Hörqualitäten und bis zu 40 Stunden Wiedergabezeit. Allerdings kann man diese vielfältigen Möglichkeiten nur mit speziellen Abspielgeräten nutzen: Daisy MP3 Player. Auch mit einem normalen MP3 Player kann man sich Daisy (MP3) Hörbücher anhören, nur kann man dann nicht die komfortablen Eigenschaften des Daisy Formats nutzen. Umgekehrt kommt der Daisy MP3 Player mit allen anderen erwähnten CD Formaten zurecht.

Bei der Anschaffung eines Daisy MP3 Players sollte man auf eine kontrastreiche Gestaltung und einfache Bedienbarkeit Wert legen. Bei manchen Geräten wird die Tastenbedienung von einer Sprachführung begleitet. Neben tragbaren Geräten, die in der Regel mit Kopfhörern oder Ohrstöpseln angeboten werden, gibt es auch Geräte, die für Senioren entwickelt wurden. Sie sind tragbar, verfügen sowohl über einen Akku als auch einen Netzanschluss; sie haben einen eingebauten Lautsprecher, ein Kopfhörer kann aber auch angeschlossen werden. Lautstärke, Klang und Sprechgeschwindigkeit sind individuell einstellbar. Die Lesezeichenfunktion bietet die

Möglichkeit, an der zuletzt gehörten Stelle weiterzuhören, auch wenn die CD zwischenzeitlich aus dem Abspielgerät genommen wurde. Diese Geräte kann man auch mieten. Gesetzliche Krankenkassen übernehmen bei Vorlage einer augenärztlichen Verordnung und eines Kostenvoranschlags unter bestimmten Voraussetzungen die Kosten für ein Abspielgerät.

Alltags-Hilfmittel

Arbeitsplatzanpassung

In vielen Fällen kann der Arbeitsplatz den Erfordernissen eines sehbehinderten Mitarbeiters angepasst werden. Voraussetzung ist die Zustimmung des Arbeitgebers; bei den Integrationsämtern, z.B. des Landschaftsverbandes Westfalen Lippe, erhält man Rat über die Zweckmäßigkeit der Arbeitsplatzgestaltung und über mögliche finanzielle Hilfen.

Behörden

Autofahren

Das Autofahren stellt erhöhte Anforderungen an das Sehen: Sehschärfe, Gesichtsfeld, Dämmerungs- und Farbensehen müssen im Normbereich liegen. Diese und andere Funktionen des Sehens, die allein mit dem Älterwerden nachlassen, werden in einem Führerscheingutachten überprüft, das allerdings nicht routinemäßig bei allen Personen und bei allen Führerscheinklassen in festen Zeitabständen durchgeführt wird. Deshalb sollte man spätestens, wenn trotz Lesebrille Schwierigkeiten beim Zeitunglesen auftreten, das Sehen in allen seinen Bereichen beim Augenarzt oder Augenoptiker überprüfen lassen. Werden die vorgeschriebenen Werte nicht erreicht, sollte man freiwillig aufs Autofahren verzichten, um sich und andere nicht zu gefährden und auch, um versicherungsrechtlichen Schwierigkeiten aus dem Weg zu gehen.

Bahnhof

Mitarbeiter der Bahnhofsmission helfen beim Orientieren auf dem Bahnhof und beim Ein-, Um- und Aussteigen auf

Mobilität

den Bahnsteigen; eine vorherige telefonische Anmeldung ist erforderlich. Auch die Deutsche Bundesbahn hilft behinderten Menschen auf ihren Bahnhöfen beim Umsteigen. Für die Organisation braucht die Bahn eine Vorlaufzeit von 2 bis 3 Tagen. Der Service ist kostenlos.

Begleitung

→ S. 23

Das Merkmal B im Schwerbehindertenausweis weist auf die Notwendigkeit einer ständiger Begleitung hin. Im öffentlichen Personennahverkehr kann eine Begleitperson kostenlos mitfahren. Allerdings kann der Betreffende auch allein gehen und reisen.

Beipackzettel

Viele Apotheken bieten den Service, die Beipackzettel von Arzneimitteln vergrößert zu kopieren. Viele Apotheken bieten den Service, die Beipackzettel von Arzneimitteln vergrößert zu kopieren. Unter der Intenetadresse www.patienteninfo-service.de finden sich Beipackzettel vieler bekannter Medikamente, die vergrößert ausgedruckt oder mit einer installierten Sprachausgabe vorgelesen werden können.

Beleuchtung

Unterschiedliche Lichtfarben wie Warmweiß, Kaltweiß oder ein Tageslichtspektrum stehen für individuelle Ansprüche zur Verfügung.

Berufsförderung

Behörden

Berufsfördernde Leistungen sind: Hilfen zur Erlangung eines Arbeitsplatzes, Berufsvorbereitung, berufliche Anpassung, Fortbildung, Ausbildung und Umschulung, sonstige Hilfen der Arbeits- und Berufsförderung, um behinderten Menschen eine

angemessene und geeignete Erwerbs- und Berufstätigkeit auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt zu ermöglichen.
Kostenträger sind:
- Rentenversicherungsträger
- Berufsgenossenschaften
- Bundesanstalt für Arbeit
- Integrationsämter (Hauptfürsorgestellen)
- nachrangig die Sozialhilfeträger

Blindenampeln

Mobilität

Die Zusatzgeräte an Ampeln, bekannt durch ihr stetes, durchdringendes Ticken, dienen blinden und sehbehinderten Menschen zur Orientierung und gefahrlosen Überquerung von Kreuzungen. Das akustische Signal gibt den Betroffenen die Information, wo sich die Ampel befindet. Die Grünphase wird durch **Vibration an der Unterseite** des Gerätes signalisiert. Auf einem erhabenen Punkt auf der Vorder- und Unterseite des grauen Kastens gibt ein dachförmiges Symbol Auskunft darüber, in welche Laufrichtung die Ampel zeigt. Neue Systeme vibrieren während der Grünphase nur auf Anforderung. Diese Geräte sind gelb und mit drei schwarzen Punkten markiert. An der Unterseite des Kästchens befindet sich ein Knopf, der zum Anfordern des Vibrationssignals gedrückt werden muss.

Braille-Schrift

Beratung

Die Grundform der Braille-Schrift besteht aus sechs Punkten, aus deren Kombination die verschiedenen Buchstaben und Zeichen entstehen. Entwickelt wurde sie 1825 von dem Fran-zosen Louis Braille; sie ist heute trotz Computer und anderer technischer Hilfsmittel ein wichtiges Kommunikationsmittel. Die Braille-Schrift ist unabhängig vom Alter erlernbar; wich-tig zum Erlernen ist ein tägliches Training und eine Sensibi-lisierung der Fingerspitzen. Selbst wenn nicht ganze Bücher gelesen werden können, so kann man doch kurze Schrift-stücke ertasten oder Markierungen lesen und sich damit im Alltag helfen. Unterrichtet wird die Punktschrift von Trainern der Lebenspraktischen Fähigkeiten, es gibt aber auch ein Programm zum selbstständigen Erlernen.

Busfahren

56

Mobilität

Busfahren erhöht die Mobilität. Es ist wichtig, offensiv mit der Seheinschränkung umzugehen, indem man sich mit dem weißen Stock als sehbehindert kennzeichnet, man nach der entsprechenden Buslinie fragt, den Busfahrer eventuell beim Einsteigen auf den größeren Zeitbedarf aufmerksam macht und auch beim Aussteigen um Geduld bittet. In einigen Städten, z.B. in Münster, kann man den Taxidienst in Anspruch nehmen: Der Busfahrer bestellt ein Taxi zu der Haltestelle, an der man aussteigen möchte. Fahrplaninformationen sind bei vielen Verkehrsbetrieben auch telefonisch zu erhalten.

Daisy

Bedeutet: **D**igital **A**ccessible **I**nformation **Sy**stem,
auf dieses Format haben sich die Blinden- und Sehbehindertenbüchereien international geeinigt zur Herstellung von Hörbüchern für blinde und sehbehinderte Menschen. Es erlaubt, wie in einem richtigen Buch zu blättern, von Seite zu Seite oder Kapitel zu Kapitel springen, Lesezeichen zu setzen.

Erklärungen

Erklärungen und Beschreibungen sind für sehbehinderte Menschen sehr wichtig, da sie viele Umweltinformationen nicht mit den Augen aufnehmen können. Erklärungen helfen, sich Gegenstände und Räume vorzustellen und so zu lernen, ohne visuelle Hilfe auszukommen. Die Uhr ist hier ein wichtiges Hilfsmittel, z.B. Beschreibung des Essens: Fleisch bei 6 Uhr auf dem Teller, Gemüse bei 11 Uhr, Kartoffeln bei 14 Uhr.

Fahrdienst

In einigen Städten, z.B. in Münster, berechtigt das Merkzeichen aG im Schwerbehindertenausweis dazu, den Fahrdienst 10 mal im Monat zu nutzen – für alle im täglichen Leben anfallenden Fahrten, wie z.B. für Einkäufe, Behördengänge, oder die Teilnahme an Veranstaltungen, für Besuche und die Mitarbeit in Vereinen, jedoch nicht für Arztbesuche.

Mobilität

Flugverkehr

Wenn das Merkzeichen **B** im Schwerbehindertenausweis eingetragen ist, fliegen Begleitpersonen bei den deutschen Fluggesellschaften im innerdeutschen Flugverkehr kostenlos. Informationen gibt es bei der Lufthansa in der Broschüre „Reisetipps für behinderte Fluggäste“ oder bei LTU in „Reiseratschläge für behinderte Fluggäste“.

Freizeit

Wichtige Bereiche der Freizeitgestaltung sind die Angebote der Hörbücherei, Hörzeitungen und Hörfilme. Trotz Seheinschränkungen kann man weiterhin aktiv bleiben; so können z.B. Blumen und Garten weiterhin gepflegt werden und auch Kegeln ist möglich. Gut ist es, Kontakte aufrecht zu erhalten, zu pflegen und neu zu knüpfen. Hilfreich kann es sein, Anschluss an andere Betroffene zu suchen, um sich auszutauschen, Tipps und Tricks zu erfahren und sich damit gegenseitig zu unterstützen. Zahlreiche Kirchengemeinden und Stadtteilzentren bieten Seniorennachmittage zu den verschiedensten Themen an.

Mobilität
Beratung

A-Z
Sport

A-Z
Seniorenbüro

Fußpflege

58

Anspruch auf Kostenübernahme für die Fußpflege durch die Krankenkasse haben sehbehinderte und blinde Diabetiker.

Führtechniken

Mobilität Beratung

Führtechniken gehören zum Training der Orientierung und Mobilität (O&M-Training). Führen ist problemlos möglich, wenn der Geführte oberhalb des Ellenbogens die sehende Begleitung anfasst. Damit geht die sehende Begleitung einen halben Schritt voraus und kann wichtige Informationen über den Weg geben, auf die sich der Geführte rechtzeitig einstellen kann. Die sehende Begleitung lässt ihren Arm locker herunterhängen, ohne den Arm zu schwingen. Enge Stellen: Wenn der Weg für zwei Personen zu schmal ist, legt der Sehende seinen Arm quer über den Rücken, der Geführte streckt seinen Arm und geht damit hinter seinem Begleiter.

Geld

Geldscheine kann man mit Hilfe einer Geldscheinschablone unterscheiden und sortieren, die Euromünzen sind an ihren Rändern gut zu erkennen:

2 €	durchgehend fein geriffelter Rand
1 €	fein geriffelter Rand mit Unterbrechungen
50 Cent	durchgehend grob geriffelter Rand
20 Cent	„Spanische Blume“, 5 Einkerbungen im Rand
10 Cent	durchgehend grob geriffelter Rand, kleiner als das 50 Cent-Stück
5 Cent	glatter Rand
2 Cent	umlaufende Rille im Rand
1 Cent	glatter Rand, kleiner als 5 Cent

Damit man an den Kassen keine Schwierigkeiten hat, das entsprechende Geld zu finden, sollte man bei den Scheinen eine bestimmte Ordnung halten, z.B. 5 €-Scheine glatt vorne ein-

sortieren, 10 €-Scheine einmal falten, 20 €-Scheine zweimal falten. Mit den Münzen kann man so verfahren, dass man zu Hause sortiert und nur 1 € und 50 Cent Münzen dabei hat. Nach dem Bezahlen sollte man das Kleingeld unsortiert in die Jackentasche stecken. Zu Hause wieder 2 € und 50 Cent Münzen aussortieren und das restliche Kleingeld sammeln und später in der Bank umtauschen lassen. 1 € und 50 Cent lassen sich nach kurzer Übungszeit gut auseinander halten, so dass man beim Bezahlen die entsprechenden Geldscheine und Münzen rasch finden kann und sein Portmonee nicht aus der Hand geben muss und somit einen Teil seiner Selbstständigkeit behält.

Hilfsmittel

Hilfsmittel dienen dem blinden und sehbehinderten Menschen dazu, den Verlust oder die Schwächung der Sehkraft zumindest teilweise zu kompensieren. Es gibt optisch und elektronisch vergrößernde Sehhilfen, Computer mit Sprachausgabe, aber auch Alltagshilfsmittel, die auf die Anforderungen sehbehinderter Menschen eingehen, z.B. ein Telefon mit einer großen Tastatur.

Hilfsmittel

S. 32

Hörbücherei

Hörbüchereien bieten auf CD gelesene Bücher und Zeitschriften an. Sehbehinderte und blinde Menschen können unter Vorlage einer augenärztlichen Bescheinigung über die eingeschränkte Lesefähigkeit Mitglied werden. Die Benutzung der Hörbüchereien ist in der Regel kostenlos.

Hilfsmittel

S. 41

Hörfilm

Ein Hörfilm ist ein normaler Film mit zusätzlichen akustischen Bild- und Handlungsbeschreibungen. In den Dialogpausen vermitteln knappe Erläuterungen die visuellen Elemente einer Szene.

Hilfsmittel

S. 42

Hörfilm-DVD

60

Medien

Sofern es eine Hörfilmversion eines Filmes gibt, ist sie auf einer DVD enthalten. Diese DVDs sind im Handel oder in Verleihstellen zu haben. Die Liste der Hörfilme auf DVD erhält man bei der Hörfilm GmbH.

Hörfilme

Medien

Hörfilme sind mit einer Extraspur ausgestattet, auf der die Handlung akustisch geschildert wird. Zum Abspielen der Hörfilme ist deshalb ein Stereo-Abspielgerät Voraussetzung. Hörfilme verleiht die Berliner Hörbücherei über die Westdeutschen Blindenhörbücherei e.V. zu den gleichen Bedingungen wie die Hörbücher.

Informationsbüro Pflege

Beratung

→ S. 29

Das Informationsbüro Pflege informiert über alle Fragen, die im Zusammenhang mit Pflegegeld, Betreutes Wohnen, Unterbringung in Seniorenheimen usw. auftreten und z.B. in Münster auch über Wohnraumanpassung und Umzugshilfen.

Kennzeichnung

Mobilität

→ S. 47

Im § 2 der Fahrerlaubnisverordnung ist geregelt:

„1) Wer sich infolge körperlicher oder geistiger Mängel nicht sicher im Verkehr bewegen kann, darf am Verkehr nur teilnehmen, wenn Vorsorge getroffen ist, daß er andere nicht gefährdet. Die Pflicht zur Vorsorge, namentlich durch das Anbringen geeigneter Einrichtungen an Fahrzeugen, durch den Ersatz fehlender Gliedmaßen mittels künstlicher Glieder, durch Begleitung oder durch das Tragen von Abzeichen oder Kennzeichen, obliegt dem Verkehrsteilnehmer selbst oder einem für ihn Verantwortlichen.

2) Körperlich Behinderte können ihre Behinderung durch gelbe Armbinden an beiden Armen oder andere geeignete, deutlich sichtbare, gelbe Abzeichen mit drei schwarzen Punkten kenntlich machen. Die Abzeichen dürfen nicht an Fahrzeugen angebracht werden. Blinde Fußgänger können ihre Behinderung durch einen weißen Blindenstock, die Begleitung durch einen Blindenhund im weißen Führgeschirr und gelbe Abzeichen nach Satz 1 kenntlich machen."

Es ist dringend zu empfehlen, sich in der genannten Weise kenntlich zu machen. Sonst besteht u.U. die Gefahr, dass bei einem Unfall Schadenersatzansprüche verweigert werden. Eine Anstecknadel mit dem Hinweis auf Behinderung oder Blindheit genügt zur Kennzeichnung im Straßenverkehr nicht. Die straf- und zivilrechtliche Beurteilung der Schuldfrage nach einem Unfall wird wesentlich davon abhängen, ob die Behinderung für andere, insbesondere für motorisierte Verkehrsteilnehmer, rechtzeitig erkennbar war.

Wer mit einer Begleitperson am Straßenverkehr teilnimmt, ist nicht verpflichtet, sich kenntlich zu machen; es ist aber auch in diesem Fall zweckmäßig. Gelbe Anstecker mit drei schwarzen Punkten können bei direkten Kontakten sehr hilfreich sein, z.B. beim Einkaufen oder bei einem Krankenhausaufenthalt. Sie sind keine Verkehrsschutzzeichen.

Den weißen Stock verschreibt der Augenarzt. Als Gehstock erhält man ihn in Sanitätsgeschäften. Einen Langstock sucht man am besten mit einem Mobilitätstrainer aus, da es sehr viele unterschiedliche Modelle gibt und bei der Auswahl eine Beratung nötig ist. Benötigt man für seine Mobilität keinen Langstock, sondern möchte sich im Straßenverkehr kennzeichnen, ist ein weißer Taststock sinnvoll; er ist kürzer als der Langstock.

Hilfsmittel

Kuren

Einige Aura-Hotels bieten Kur- und Rehabilitationsmöglichkeiten speziell für Menschen mit Sehbehinderungen an.

A-Z

Reisen

Lebenspraktische Fähigkeiten

62

→ S. 30

Lebenspraktische Fähigkeiten werden individuell im Einzelunterricht vermittelt. Sie helfen sehbehinderten Menschen, Dinge des täglichen Lebens, z.B. die Haushaltsführung, weitgehend zu meisten.

Lesebrillen

→ S. 35

Auch normalsichtige Menschen, die bisher ohne Brille durchs Leben gekommen sind, brauchen etwa ab dem 45. Lebensjahr eine Lesebrille – mit zunächst schwächerer, später stärkerer optischer Wirkung.

Licht

Der Lichtbedarf ist sehr hoch, deshalb muss man auf sehr gute Beleuchtung achten, Halogenlicht leuchtet einen Raum nur punktuell aus, Leuchtstofflampen oder Energiesparlampen beleuchten großflächiger.

Lokalnachrichten

Medien

Die Aktion Tonbandzeitung bietet etliche regionale Tageszeitungen an; einige Blinden- und Sehbehindertenvereine geben wöchentliche Zusammenfassungen der Lokalpresse heraus. Radio und Fernsehen bringen zu bestimmten Zeiten regionale Sendungen zu aktuellen Ereignissen.

Markierungen

Hilfsmittel

→ S. 46

Markierungen helfen, Dinge zu unterscheiden. Je nach Sehrest können dies Kennzeichnungen mit dicken, farbigen Filzstiften oder farbige Klebepunkte sein oder tastbare Markierungen wie Tastpunkte, Konturenfarben, Wäschemarkierknöpfe.

Medien

Viele Medien haben sich auf die Anforderungen sehbehinderter und blinder Menschen eingestellt. Fast alle übermitteln ihre Information über das Gehör statt über das Auge, z.B. Hörbüchereien, Hörfilme, Tonbandzeitungen, Radioprogramme, Vorlesegeräte, UniversalReader, Computer.

→ S. 40

Mobilitätstraining

Ziel des Mobilitätsunterrichtes ist es, Techniken und Fertigkeiten zu vermitteln, die blinden und sehbehinderten Menschen eine weitgehende Unabhängigkeit von sehender Begleitung ermöglichen.

→ S. 30

Mobiltelefon / Handy

In der heutigen Zeit erfreut sich die Nutzung eines **Handys** großer Beliebtheit. Auch und gerade für sehbehinderte oder blinde Menschen können sie von großem Nutzen sein. Erfreulicherweise gibt es auch hier Hilfen für sehbehinderte und blinde Menschen: Zum einen gibt es Seniorenhandys, die auf komplizierte Menüs und technische Finessen verzichten. Diese Handys sind mit wenigen Tasten ausgestattet, man kann sich anrufen lassen, einige Nummern speichern und sich mit einer Servicestelle verbinden lassen, die weitere Aufträge und Anrufe erledigt.

Zum anderen gibt es mittlerweile zu bestimmten Handys eine umfangreiche Zusatzsoftware, die auf dem Mobiltelefon installiert wird. Sie ermöglicht beispielsweise, auf verschiedene Anwendungen des Telefons durch einfache Tastenkombinationen zuzugreifen. Die integrierte Sprachausgabe liest die Infos auf dem Display vor.

Notizen

64

A-Z
Schreiben

Für Notizen sehr dicke Filzstifte und große Blätter (Zeichenblöcke) benutzen und groß schreiben.

Orientierung

→ **S. 30**

Die Orientierung im Wohnbereich und im näheren und ferneren Wohnumfeld wird durch das Mobilitätstraining (O&M) und das Erlernen lebenspraktischer Fertigkeiten (LPF) vermittelt.

Parkerleichterungen

Behörden

Ein Parkausweis steht Personen mit dem Merkzeichen aG und **Bl** im Schwerbehindertenausweis zu; der Antrag auf einen Parkausweis kann bei der örtlichen Straßenverkehrsbehörde gestellt werden. Dieser Parkausweis kann beim Bürgeramt beantragt werden. Benötigt wird hierfür ein Foto sowie der Personal- und Schwerbehindertenausweis.

Psychologische Beratung

Beratung

Seheinschränkungen können auch seelische Belastungen auslösen, unter denen der Betroffene selbst, aber auch seine unmittelbaren Mitmenschen sehr leiden. Häufig ist eine Milderung oder gar Lösung dieser Probleme möglich. Man sollte nicht zögern, die Hilfe der Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle in Anspruch zu nehmen.

Rehamaßnahmen

→ **S. 30**

Rehabilitation für Menschen mit Sehbehinderungen gliedert sich in ein Training der Orientierung und Mobilität (O&M) und in ein Training der Lebenspraktischen Fähigkeiten (LPF); beides wird in der bekannten Umgebung durchgeführt.

Reisen

A-Z
Bahnhof

Alleinreisende sehbehinderte und blinde Menschen, die an Bahnhöfen einsteigen, an denen nur Fahrkartenautomaten stehen, dürfen im Zug ohne Zusatzgebühren nachlösen.
Damit sehbehinderte und blinde Menschen ihren Urlaub unbeschwert und sicher genießen können, gibt es Aura- Hotels und Pensionen, die sich ganz auf deren Bedürfnisse eingestellt haben und einen speziellen Service anbieten.

Aura-Hotels gibt es in:
- Bad Meinberg
- Boltenhagen
- Georgenthal
- Mündersbach
- Osterode
- Rochsburg
- Saulgrub
- Timmendorfer Strand
- Werningerrode

Informationshefte erhalten Sie beim Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverband e.V. Einige der Hotels bieten auch Kur- und Rehabilitationsangebote an.
Viele Vereine und Organisationen bieten Reisen für Senioren an; Adressen gibt es in den Bürgerberatungstellen.
Spezielle Reisen für blinde und sehbehinderte Menschen ins In- und Ausland vermittelt der evangelische Blinden- und Sehbehindertendienst.

Beratung
Selbsthilfe

Rundfunkgebührenreduzierung

Das Merkzeichen RF im Ausweis für schwerbehinderte Menschen berechtigt zur Reduzierung der Rundfunkgebühren. Der Antrag kann im Bürgeramt bzw. bei der Gemeindeverwaltung gestellt werden. Man benötigt dazu die Teilnehmernummer, die z.B. auf den Kontoauszügen zu finden ist.
Eine Befreiung besteht für Taubblinde und Empfänger von Blindenhilfe nach § 72 SGB XII.

Schreiben

66

Hilfsmittel

S. 47

Das Schreiben wird erleichtert, wenn man dicke Stifte benutzt und sehr groß auf großen Blättern schreibt. Es gibt auch Papier mit extra dicken oder erhabenen Linien. Man kann auch eine Schreibschablone benutzen; das ist eine dicke Pappe mit ausgestanzten Zeilen, in die man auf ein zuvor untergelegtes Blatt schreiben kann. Ein Diktiergerät hilft, Notizen festzuhalten; alternativ kann man auch einige Anrufbeantworter als Diktiergerät benutzen.

Schwerbehindertenausweis

Anträge

S. 23

Der Ausweis für schwerbehinderte Menschen dokumentiert den Grad der Behinderung (GdB). Er wird ab einem GdB 50 ausgestellt und ab einem GdB 60 mit Merkzeichen versehen, die zu bestimmten Nachteilsausgleichen berechtigen.

Seniorenbüros

Beratung

Seniorenbüros vermitteln Hilfen im Haushalt und bieten Freizeitangebote an. Seniorenbüros arbeiten stadtteilorientiert.

Sonnenschutz

Neben einer Sonnenbrille kann eine Kappe mit einem langen Schirm sehr hilfreich sein.

Smartphones

S. 47

Diese Mobiltelefone ermöglichen über sogenannte Apps zusätzliche Funktionen zu nutzen. Z.B. kann das Handy als Taschenlampe, Lupe, Navigations- oder Vorlesesystem genutzt werden. Einige Geräte haben eine Sprachsteuerung integriert, für andere Geräte kann man entsprechende Apps installieren.

Durch die vielen Anwendungen, die gerade für sehbehinderte und blinde Menschen viele Vorteile bieten, sind Smartphones attraktive Alltagsgeräte.

Sport

In vielen Städten gibt es Sportmöglichkeiten für sehbehinderte Menschen. Meistens werden sie von den Blinden- und Sehbehindertenvereinen vermittelt. Oft sind auch Sportveranstaltungen für Senioren für sehbehinderte Mitbürger geeignet.

Sport

Tandem

Wenn das Fahrradfahren aufgrund der Seheinschränkung nicht mehr möglich ist, kann man als Mitfahrer auf einem Tandem weiterhin sportlich aktiv sein. Tandems werden auch in Fahrradverleihstationen stunden- und tageweise vermietet.

Taxi

In manchen Städten, z.B. in Münster, gibt es „Kundenkarten“, mit denen man bargeldlos die Taxifahrt bezahlen kann.

Telefongebühren

Eine Ermäßigung der Telefongebühren bei der Telekom ist möglich, wenn im Schwerbehindertenausweis das Merkzei-chen **RF** eingetragen ist. Der Antrag kann im nächstgelegenen T-Punkt-Laden gestellt werden unter Vorlage des Ausweises für schwerbehinderte Menschen.

➡ S. 23

Telefonnummern

Telefonnummern sollte man sehr groß, mit sehr dicken Filzstiften oder per Computer aufschreiben lassen. Eine weitere Vergrößerung ist durch Kopieren auf DIN A3 möglich.

Telefon-Tastenerweiterung

68

→ S. 47

Dieses Zusatzgerät, welches an jeden Festnetzanschluss mitangeschlossen werden kann, verbindet durch Tastendruck mit der gewünschten Person. Auf neun großen, leicht fühlbaren Tasten können individuell Rufnummern gespeichert werden. Es gibt auch Geräte mit noch mehr belegbaren Tasten.

Telefon-Sprachwahlbox

Die Telefon-Sprachwahlbox „dial easy“ ist ein sprachgesteuertes Telefonbuch. Dieses Vorschaltgerät lässt sich mit jedem analogen Telefon kombinieren. Man spricht Namen auf und speichert dazu die entsprechende Telefonnummer. Mit dem Ansagen des Namens wird man automatisch mit dem gewünschten Gesprächspartner verbunden. Das sprachgeführte Menü ermöglicht bis zu 50 Telefonbucheinträge.

Tonbandzeitung

Medien

→ S. 43

Tonbandzeitungen sind auf CD gesprochene Zeitungen. Zum Angebot gehören die Lokalzeitungen von mehr als dreißig Städten und Regionen, die meist in wöchentlicher Zusammenfassung erscheinen.

Treppenstufen

→ S. 46

Treppenstufen kann man mit andersfarbigen Streifen oder mit fühlbaren Gummistreifen markieren, um so die Sicherheit zu erhöhen. Sinnvoll ist es, die erste und letzte Stufe mit Markierungen hervorzuheben.

Umgang mit sehbehinderten Menschen

Eine Sehbehinderung ist äußerlich meistens nicht zu erkennen und wird häufig erst im längeren Umgang mit einem sehbehinderten Mitmenschen offenkundig. Außenstehende müssen sich ständig verdeutlichen, welchen Einschränkungen ihr sehbehinderter Mitmensch ausgesetzt ist. Hilfestellung ist nicht nur bei der Versorgung mit Vergrößernden Sehhilfen gefragt, sondern vor allem bei der seelischen Bewältigung der zur Sehbehinderung führenden Erkrankung.

→ S. 8

UniversalReader

UniversalReader ist ein Vorlesesystem, das bestimmte Zeitungen über die Telefonleitung abruft und danach intern speichert. Bei Bedarf wird die aktuelle Tageszeitung nach Ressorts gegliedert vorgelesen.

Hilfmittel
→ S. 38

Vergrößernde Sehhilfen

Vergrößernde Sehhilfen entwerfen im Vergleich zum normalen Sehen ein größeres Bild auf der Netzhaut des Auges, so dass eine Visusminderung aufgefangen wird und man z.B. die Zeitung wieder lesen kann. Es gibt optisch vergrößernde Sehhilfen wie Lupen, Lupenbrillen und Fernrohrbrillen, und es gibt elektronisch vergrößernde Sehhilfen wie Bildschirmlesegeräte und Lesesprechgeräte.

→ S. 32

Weißer Stock

Der Weiße Stock, entweder als Langstock, als Taststock oder als Stützstock, dient der Kennzeichnung im Straßenverkehr. Für die eigene Sicherheit sowie für die Sicherheit der anderen Verkehrsteilnehmer ist es sehr wichtig, sich im Straßenverkehr zu kennzeichnen.

Medien
→ S. 47

A-Z
Kennzeichnung

Zahnpasta

70

Die Zahnpasta bekommt man einfach auf die Bürste, wenn man sie zuerst auf den Handrücken drückt und von dort auf die Bürste nimmt oder den Zeigefinger parallel zum Bürstenkopf hält und die Zahnpasta entlang des Fingers auf die Bürste drückt.

Zeitungen / Zeitschriften

Medien

S. 43

Ein breites Spektrum an Zeitungen und Zeitschriften wird auf Tonband oder CD gelesen angeboten; darunter auch Tageszeitungen, meistens in wöchentlicher Zusammenfassung.

Notizen

Impressum

Stand: Juni 2014 (4. überarbeitete Auflage)

Herausgeber:
Akademie des Sehens
FranziskusCarré
Hohenzollernring 70
48145 Münster
Tel.: 02 51 / 987 64 64
www.muenster.org/ads
ads@muenster.org

Verantwortlich für den Inhalt:
Dipl. Soz. Päd. Ursula Witt
Dipl. Soz. Päd. Gabriele Berger
Prof. Dr. Kunibert Krause †

Layout: web.design Ahlers

Druck: Druckerei Häuser KG, Köln

Auflage: 1.000 Stück

Akademie des Sehens
Verein zur Förderung Sehbehinderter und
zur Erforschung von Augenerkrankungen e.V.

Wenn das Sehen schlechter wird...

Adressen

Realisiert mit freundlicher
Unterstützung von

BAUM

ZEISS CARL ZEISS VISION

Inhaltsverzeichnis

2

Alten- und Pflegeheime S.4

Anträge S.4

Aura-Hotels S.6

Behörden S.6

Beratung S.7

Fahrdienst S.9

Hilfsmittel S.10

- Alltagshilfsmittel S.10
- Elektronische Hilfsmittel S.12
- Optische Hilfsmittel S.15

Medien S.15

Mobilität S.18

3

UniversalReader S.20

Schulen und Ausbildung S.20

Selbsthilfe S.21

Sport S.23

Stadtführungen S.23

Städtische Ansprechpartner S.24

Vereine S.25

Adressen

Alten- und Pflegeheime

4

Blindenaltenheim und Blindenpflegeheim
Nördeltstraße 33
59872 Meschede
Tel.: 02 91 / 29 90-0
800-377 377 0 (kostenlose Beratung)
Fax: 02 91 / 29 90-125
www.blindenheim-meschede.de

Anträge

Ausweis für schwerbehinderte Menschen (Schwerbehindertenausweis)
Bürgeramt
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 33 33
Fax: 02 51 / 492 77 22
email: buergeramt@stadt-muenster.de

Blindengeld und Hilfe für hochgradig Sehbehinderte
Landschaftsverband Westfalen-Lippe
Abteilung Soziales, Pflege und Rehabilitation
Warendorfer Straße 21-23
48133 Münster
Tel.: 02 51 / 5 91-47 34
Fax: 02 51 / 5 91-264
www.lwl.org

Hörbücherei
Westdeutsche Blindenhörbücherei e.V.
Harkortstraße 9
48163 Münster
Tel.: 02 51 / 71 99 01
Fax: 02 51 / 71 28 46
www.wbh-online.de

Rundfunkgebührenreduzierung
Bürgeramt
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 33 33
Fax: 02 51 / 492 77 22
email: buergeramt@stadt-muenster.de
www.rundfunkbeitrag.de

Wohngeld
Stadt Münster
Amt für Wohnungswesen
Stadthaus 3, Albersloher Weg 33
48155 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-64 02
Fax: 02 51 / 4 92-77 33
email: wohnungsamt@stadt-muenster.de
www.muenster.de/stadt/wohnungsamt

Hilfen beim Umzug
Informationsbüro Pflege
Gesundheitshaus
Gasselstiege 13
48159 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-64 88
Fax: 02 51 / 4 92-79 24
email: tenhompelb@stadt-muenster.de
www.muenster.de/stadt/pflege

Stadt Münster – Sozialamt
Hafenstraße 8
48153 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 50 01
Fax: 02 51 / 492 77 80
email: sozialamt@stadt-muenster.de
www.muenster.de

Aura-Hotels

6

Träger der Aura-Hotels sind die Landesblindenvereine

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.
DBSV-Geschäftsstelle
Rungestraße 19
10179 Berlin
Tel.: 0 30 / 28 53 87 0
Fax: 0 30 / 28 53 87 200
email: info@dbsv.org
www.dbsv.org

Behörden

Agentur für Arbeit Ahlen-Münster
Besucheranschrift: Martin-Luther-King-Weg 22, 48155 Münster
Postanschrift: Agentur für Arbeit Ahlen-Münster, 48138 Münster
Tel. f. Arbeitnehmer: 08 00 / 45 55 50 0 Anruf kostenfrei
Fax: 02 51 / 69 84 41
email: ahlen-muenster.161-reha@arbeitsagentur.de
Ansprechpartner für Münster: Rehaberater/-innen:
Ute Berning
Annegret Brock
Heinz Beckmann
Arbeitsvermittler/-innen mit Beratungsaufgaben für schwerbehinderte Menschen:
Sandra Rammonat, Buchstaben A-K
Hermann Overberg, Buchstaben L-Z
Elisabeth Böcker, Reha-Spezialistin im Arbeitgeber-Service

Amt für Finanzen und Beteiligungen
Besucheranschrift: Stadthaus 1, Klemensstraße 10, 48143 Münster
Postanschrift: Amt für Finanzen und Beteiligungen, 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 - 2001
02 51 / 492 - 2002
Fax: 02 51 / 492 - 7715
email: finanzen@stadt muenster.de

Jobcenter Münster
Stadthaus 2, Ludgeriplatz 4, 48151 Münster
Tel.: 02 51 / 6 09 18 - 800
Fax: 02 51 / 6 09 18 - 801
email: jobcenter@stadt-muenster.de

Hilfen im Arbeitsleben

Landschaftsverband Westfalen-Lippe, Integrationsamt
Fachdienst für blinde und sehbehinderte Menschen
Simone Löchte, Tel.: 02 51 / 591 - 35 63
simone.loechte@lwl.org
Michael Große Drenkpohl, Tel.: 0 25 1 / 591 - 46 11
Fax: 02 51 / 591- 68 03
Von-Vincke-Straße 23-25, 48143 Münster
www.lwl.org/LWL/Soziales/Integrationsamt

Landschaftsverband Westfalen-Lippe
Abteilung Behindertenhilfe-Westfalen
Warendorfer Straße 26-28
Postanschrift: 48133 Münster
Tel.: 02 51 / 591 - 36 10
Fax: 02 51 / 591 - 276

Beratung

Akademie des Sehens e.V.
Beratungsstelle für Sehbehinderte
FranziskusCarré, Hohenzollernring 70 · 48145 Münster
Gabriele Berger und Ursula Witt
Tel.: 02 51 / 9 87 64 64 · Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: sehen-ev@versanet.de
www.muenster.org/ads

Alzheimergesellschaft Münster e.V.
Tannenbergstraße 1
48147 Münster
Tel.: 02 51 / 80 03 97
Fax: 02 51 / 3 90 97 61
email: Alz-ges@muenster.de
www.alzheimer-muenster.de

8

AMD-Netz NRW e.V.
Patienten-Hotline: 0 18 05 / 77 47 78
Mo bis Fr 14 – 18 Uhr,
14 Ct./Min.(dt. Festnetz),
max. 42 Ct./Min.(Mobilfunknetz)
www.amd-netz.de

Beratungsstelle des Blinden- und Sehbehindertenvereins Münster im Diakonischen Werk
Friesenring 32-34
48147 Münster
Edith Grämer
Tel.: 02 51 / 9 87 47 11
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: muenster@bsvw.de

Beratungsstelle für Sehgeschädigte an der Westfälischen Förderschule Förderschwerpunkt Sehen
Bröderichweg 41
48159 Münster
Gaby Barfues, Elisabeth Hordt, Claudia Scholle
Tel.: 02 51 / 2 10 51 71
Fax: 02 51 / 2 10 52 70
email: irirsschule@lwl.org
www.lwl.org/wsfs

Beratungsstelle Wohnraumanpassung im Informationsbüro Pflege
Gesundheitshaus
Gasselstiege 13
48159 Münster
Thomas Skrzidlo
Tel.: 02 51 / 492 - 50 60
Fax: 02 51 / 492 - 79 24
email: wohnberatung@stadt-muenster.de

Bürgerbüro Mitte
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 492 - 33 33
Fax: 02 51 / 492 - 77 22

Gerontopsychiatrische Beratung der Westfälischen Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Kostenlose Angehörigenberatung
Friedrich-Wilhelm-Weber Straße 30 · 48147 Münster
Tel.: 02 51 / 9 15 55 - 24 02

Gerontopsychiatrische Beratung des Alexianer-Krankenhauses
Clemens-Wallrath-Haus
Josefstraße 4 · 48151 Münster
Tel.: 02 51 / 52 02 - 27 600
email: cwh@alexianer.de
www.alexianer.de

Informationsbüro Pflege Gesundheitshaus
Gasselstiege 13 · 48159 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-50 50
email: infobuero@stadt-muenster.de
www.stadt-muenster.de/stadt/pflege

Seniorenbüro der St. Mauritz- und Erlösergemeinde
St. Mauritz-Freiheit 23 · 48145 Münster
Tel.: 02 51 / 37 56 91
seniorenbuero-mauritz@web.de

Seniorenbüro an der Apostelkirche
Apostelkirche 5 · 48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 77 94
email: seniorenbuero-mauritz@web.de

Fahrdienst

Fahrdienst für Menschen mit Behinderungen
Stadt Münster – Sozialamt
Hafenstraße 8, Zimmer 029 · 48153 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Waltraud Hölscher
Tel.: 02 51 / 4 92 – 59 97
Fax: 02 51 / 4 92 – 79 01
email: hoelscherw@stadt-muenster.de

Alltagshilfsmittel

Blista-Shop
Deutsche Blindenstudienanstalt e.V.
Am Schlag 8/10
35037 Marburg
Tel.: 0 64 21 / 60 60
Fax: 0 64 21 / 60 62 29

LHZ
Landeshilfsmittelzentrum
Louis-Braille-Straße 6
01099 Dresden
Tel.: 03 51 / 8 09 06 24
Fax: 03 51 / 8 09 06 27
email: lhz@bsv-sachsen.de
www.bsv-sachsen.de

MARLAND
Spezialversand für Blinde und Sehbehinderte
Zollenreuterstraße 6
88326 Aulendorf
Tel.: 0 75 25 / 92 05-0
Fax: 0 75 25 / 92 05-19
email: info@marland.de
www.marland.de

Marschall
Turmstraße 10
97816 Lohr am Main
Tel.: 0 93 52 / 89 67 1
Fax: 0 93 52 / 89 67 2
email: post@marschall-versand.de
www.marschall-versand.de

Sinn & Kolless
Blindenuhren
Am Schellberg 3
65812 Bad Soden
Tel.: 0 61 96 / 2 30 11
Fax: 0 61 96 / 64 32 56
email: info@blindenuhren.de
www.blindenuhren.de

Vermietung und Verkauf von
Daisy-Abspielgeräten
KS-Kassetten
Brinkeweg 24
33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Tel.: 0 52 07 / 95 41-0
Fax: 0 52 07 / 95 41-11
email: info@ks-cassetten.de
www@ks-cassetten.de

VMP
Versand M. Proske
Königstraße 48
25709 Marne
Tel.. 0 48 51 / 9 56 99 50
email: info@vmpversand.de
www.vmpversand.de

VZFB
Verein zur Förderung der Blindenbildung
Bleekstraße 26
30559 Hannover
Tel.: 05 11 / 9 54 65-0
Fax: 05 11 / 9 54 65-85
email: info@deutscherhilfsmittelvertrieb.de
www.deutscherhilfsmittelvertrieb.de

Elektronische Hilfsmittel

Beta Hilfen für Sehgeschädigte GmbH
Koenbergkstraße 3
99084 Erfurt
Tel.: 03 61 / 43 06 83 10
Fax: 03 61 / 43 06 83 19
email: info@beta-hilfen.de
www.beta-hilfen.de

B&M Ingenieurbüro GmbH
Strandallee 101
23683 Scharbeutz
Tel.: 01 80 / 500 68 22
Fax: 0 45 03 / 70 22 93
email: bm@bm-ing.de
www.bm-ing.de

Baum Retec AG
In der Au 22
69257 Wiesenbach
Tel.: 0 62 23 / 49 09-0
Fax: 0 62 23 / 49 09-399
email: info@baum.de
www.baum.de

Deininger Mobile Hilfsmittelzentrale
Lilienthalstraße 10-12
64625 Bensheim
Tel.: 0 62 51 / 6 48 81
Fax: 0 62 51 / 6 11 74
email: iinfo@deininger.biz
www.deininger.biz

Frank Audiodata
Elisabethstraße 9
35037 Marburg
Tel.: 0 64 21 / 1 71 30
Fax: 0 64 21 / 1 71 33 2
www.audiodata.de

Handy Tech
Elektronik GmbH
Brunnenstraße 10
72160 Horb
Tel.: 0 74 51 / 55 46-0
Fax: 0 74 51 / 55 46-67
email: info@handytech.de
www.handytech.de

Hedo Reha-Technik GmbH
Kirchenstraße 2
85622 Feldkirchen
Tel.: 0 89 / 90 48 99 0
Fax: 0 89 / 90 46 183
email: info@hedo.de
www.hedo.de

Novotech GmbH
Kaltbrunnerstraße 24
78476 Allensbach
Tel.: 0 75 33 / 93 21-0
Fax: 0 75 33 / 93 21-99
email: mail@novotech-gmbh.de
www.novotech-gmbh.de

EV Optron GmbH
Steinschönauerstraße 4b
64823 Groß-Umstadt
Tel.: 0 60 78 / 9 69 827-0
Fax: 0 60 78 / 9 69 827-33
email: info@evoptron.de
www.optron.de

F.H. Papenmeier GmbH & Co.KG
Technologie für Blinde und Sehbehinderte
Talweg 2
58239 Schwerte
Tel.: 0 23 04 / 205-0
Fax: 0 23 04 / 205-205
email: info@papenmeier.de
www.papenmeier.de

14

Rehan
Medizingeräte
Am Förderturm 10 A
45472 Mühlheim a.d.Ruhr
Tel.: 02 08 / 7 82 00 45
Fax: 02 08 / 7 82 00 46
email: rehan.info@gmx.de
www.rehan.org

Reinecker Vision GmbH
Aachener Straße 1347-1349
50859 Köln
Tel.: 0 22 34 / 4 07 60
Fax: 0 22 34 / 4 07 25
email: info.koeln@reineckervision.de
www.reineckervision.de

Steller-Technology GmbH & Co.KG
Steinbruchweg 9
06198 Salzatal OT Lieskau
Tel.: 03 45 / 55 88 00
Fax: 03 45 / 55 88 051
email: info@steller-technology.de
www.steller-technology.de

OptelecGmbH Tiemann
Fritzlarer Straße 25
34613 Schwalmstadt
Tel.: 0 66 91 / 96 17-0
Fax: 0 66 91 / 96 17-27
email: info@optelec.de
www.optelec.de

Optische Hilfsmittel

Eschenbach
Eschenbach Optik GmbH
Schopenhauerstraße 10
90409 Nürnberg
Tel.: 09 11 / 360 0-0
Fax: 09 11 / 360 0-358
email: mail@eschenbach-optik.com
www.eschenbach-optik.com

Schweizer Optik
Hans-Böckler-Straße 7
91301 Forchheim
Tel.: 0 91 91 / 72 10-0
Fax: 0 91 01 / 72 10-72
email: info@schweizer-optik.de
www.schweizer-optik.de

Zeiss
Turnstraße 27
73430 Aalen
Tel.: 0 73 61 / 598-500 0
Fax: 0 73 61 / 591-480
email: info-de@vision.zeiss.com
www.vision.zeiss.com

Medien

Aktion Tonbandzeitung für Blinde e.V.
Hörmedien für Blinde und Sehbehinderte
Postfach 14 21
37594 Holzminden
Tel.: 0 55 31 / 71 53
Fax: 55 31 / 71 51
email: atz@blindenzeitung.de
www.atz-blinde.de

Deutsche Hörfilm GmbH
Novalisstraße 10
10115 Berlin
Tel.: 0 30 / 23 55 73 40
Fax: 0 30 / 23 55 73 43 3
email: info@hoerfilm.de
www.hoerfilm.de

Servicetelefon:
Aktuelle Sendetermine: Tel.: 0 30 / 21 99 77 11
Videotext kann akustisch abgerufen werden unter:
Tel.: 0 89 / 55 98 82 88

Radio-Programmzeitschrift
Dampf-Radio Verlags GmbH
Auf dem Stock 8-10
53937 Schleiden
Tel.: 0 24 44 / 91 13 30
Fax: 0 24 44 / 91 13 32
www.radioprogrammzeitschrift.de

Hörzeitungen

Hör mal
Herausgeber: Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen
Inhalt: Nachrichten aus dem Blindenwesen Westfalens; Veranstaltungen, Termine, Berichte, Pressespiegel, etc.
Erscheinung: 1 Kassette, ca. 90 min, monatlich
Preis: einmalig 5 € (für Kassette und Versandtasche)
Anmeldung: Geschäftsstelle Dortmund
Bezieher: nur Vereinsmitglieder

Evangelisches Hörmagazin für Blinde und Sehbehinderte
Herausgeber: Evangelischer Presseverband für Westfalen und Lippe e.V. in Zusammenarbeit mit dem Evangelischen Blinden- und Sehbehindertenverband in Westfalen
Erscheinung: alle 2 Monate als Audio-CD und als Kassette
Preis: kostenlos
Inhalt: Kirchliche Nachrichten, Informationen für blinde und sehbehinderte Menschen, Interviews und Unterhaltung und Musik.
Anmeldung: Evangelisches Presse- und Verlagshaus
Cansteinstraße 1
33647 Bielefeld
Tel.: 05 21 / 94 40 0
Fax: 05 21 / 94 40 13 6
www.evangelisches-hoermagazin.de

Katholische Blindenhörbücherei GmbH
Graurheindorfer Straße 151a
53117 Bonn
Tel.: 02 28 / 5 59 49-0
Fax: 02 28 / 5 59 49-19
dkbbbonn@t-online.de
www.blindenhoerbuechereibonn.de

Stadtbücherei Münster
Ansprechpartnerin für den Service „Bücher auf Rädern“:
Tina Eisenkopf
Postfach 5945 · 48135 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92 42 36 (AB)
Fax: 02 51 / 4 92 77 24
email: buecherei@stadt-muenster.de
www.muenster.de/stadtbuecherei

UniversalReader
Papenmeier GmbH & Co. KG
Fachbereich Reha-Technik
Talweg 2 · 58239 Schwerte
Tel.: 0 23 04 / 205-0
Fax: 0 23 04 / 205-205
email: info.reha@papenmeier.de
www.papenmeier.de

Westdeutsche Blindenhörbücherei e.V.
Harkortstraße 9
48163 Münster
Tel.: 02 51 / 71 99 01
Fax: 02 51 / 71 28 46
wbh@wbh-online.de
www.wbh-online.de

Mobilität

Bahnhofsmission Münster
Berliner Platz 2, Gleis 9/12
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 58 02
Fax: 02 51 / 9 87 36 81
bahnhofsmission@caritas-ms.de
www.bahnhofsmission.de

Berufsverband der Rehabilitationslehrer/-innen
für Orientierung und Mobilität für Blinde und Sehbehinderte e.V.
Tel.: 0 70 00 / 2 66 27 38
email: vorstand@rehalehrer.de
www.rehalehrer.de

Blindengerechte Ampeln/Orientierungshilfen
im öffentlichen Raum
Stadt Münster Tiefbauamt
Albersloher Weg 31
48155 Münster
Herr Reloe
Tel.: 02 51 / 492-69 30
Fax: 02 51 / 492-77 35

Deutsche Bahn AG
Mobilitätsservice-Zentrale für die Planung barrierefreier Reisen
Kostenlose Auskunftsnummer:
(mit Sprachdialogsystem)
Tel.: 0800 / 1 50 70 90
Mobilitätsservicezentrale für behinderte Reisende:
Beratung – Reiseinfos
Umsteigehilfen, Gepäckservice,
Fahrkartenkauf, Platzreservierung
Tel.: 01 80 / 6 51 25 12 (20ct/Anruf)

Fahrdienst für Menschen mit Behinderungen
Stadt Münster-Sozialamt
Hafenstraße 8
48153 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-59 97
Fax: 02 51 / 4 92-79 01
email: hoelscherw@stadt-muenster.de

KOMM
Kommunikations- und Orientierungshilfen für
Menschen mit Behinderung in Münster
Stiftung Siverdes der Stadt Münster
Paul Claahsen
48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-59 03
email: claahsen@stadt-muenster.de
www.muenster.de/KOMM/

Mobilitätstraining in Münster
Christiane Haunschild
Tel.: 02 51 / 52 74 11
email: c.haunschild@gmx.de
weitere Adressen: www.rehalehrer.de

Parkerleichterungen
Ordnungsamt der Stadt Münster
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-32 89, -32 90, -32 91
Fax: 02 51 / 4 92 77 21
email: ordnungsamt@stadt-muenster.de

Stadtwerke Münster GmbH
Verkehrsbetriebe
Hafenplatz 1
48155 Münster
Verkehrs-Hotline: 0 18 03 / 50 40 30
email: verkehr@stadtwerke-muenster.de
www.stadtwerke-muenster.de

UniversalReader

Papenmeier GmbH & Co. KG
Fachbereich Reha-Technik
Postfach 1620
58211 Schwerte
Tel.: 0 23 04 / 205-0
Fax: 0 23 04 / 205-20 5
email: info@papenmeier.de
www.papenmeier.de

Schulen und Ausbildung

Berufsbildungswerk Soest
Hattroper Weg 57
59494 Soest
Tel.: 0 29 21 / 6 84-0
Fax: 0 29 21 / 6 84-109
email: bbwsoest@lwl.org

www.bbw-soest.de

Berufsförderungswerk Düren
Karl-Arnold-Straße 132-134
52349 Düren
Tel.: 0 24 21 / 598-0
Fax: 0 24 21 / 598-19 2
Hotline: 0 24 21 / 598-10 0
email: info@bfw-dueren.de

Westfälische Förderschule Förderschwerpunkt Sehen
Bröderichweg 41
48159 Münster
Tel.: 02 51 / 2 10 51 71
Fax: 02 51 / 2 10 52 70
email: irisschule@lwl.org
www.lwl.org/wsfs

Selbsthilfe

Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen e.V. (BSVW)
Blindenwerk Westfalen GmbH
Märkische Straße 61-63
44141 Dortmund
Tel.: 02 31 / 55 75 90-0
Fax: 02 31 / 55 75 90-22
email: info@bsvw.de
www.bsvw.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Münster
Friesenring 32-34
48147 Münster
Edith Grämer
Tel.: 02 51 / 9 87 47 11
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: muenster@bsvw.de

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.
DBSV-Geschäftsstelle
Rungestraße 19 · 10179 Berlin
Tel.: 0 30 / 28 53 87 0
Fax: 0 30 / 28 53 87 200
email: info@dbsv.org

www.dbsv.org

Evangelischer Blinden- und Sehbehindertendienst in Westfalen
Ansprechpartner: Pfarrer Uwe Slotta
Tel.: 02 51 / 4 84 01 10
Geschäftsstelle: Pfarrer Dietrich Buettner
Friesenring 32 / 34
48147 Münster
Tel.: 02 51 / 27 09-355 oder -359
Fax: 02 51 / 27 09-573
email: info@blindenseelsorge-nrw.de

Grüner Star – Glaukom Informationsservice e.V.
Klostergarten 2
67161 Gönnheim
Tel.: 0 63 22 / 98 82 83

Initiativkreis zur Glaukomfrüherkennung e.V.
Generalsekretär: Dr. Dr. R. Gerste
Postfach 1718
82102 Germering
www.glaukom.de

Katholisches Blindenwerk in NRW e.V.
Geschäftsführer Ralf Althaus
Probsteihof 10
44137 Dortmund
Tel.: 02 31 / 18 48-37 2
Fax: 02 31 / 18 48-37 7

MIKS
Selbsthilfekontaktstelle Münster
Paritätisches Zentrum
Dahlweg 112
48153 Münster
Tel.: 02 51 / 60 93 32 30
Fax: 02 51 / 6 18 51 12
email: selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org

www.miks-muenster.de

Pro Retina
Verein für Menschen mit degenerativen Augenerkrankungen
Kiefernweg 20
48346 Ostbevern
Reinhold Krüskemper
Tel.: 0 25 32 / 90 26 0
email: proretina-muenster@vr-web.de
www.pro-retina.de

Uveitis e.V.
Kontakt auch über MIKS
c/o Gabriele Müller
St.-Ulrich-Straße 11
85250 Altomünster-Stumpfenbach
email: uveitis.ev@gmail.com
www.duag.org

Sport

Westfälischer Blindenwassersportverein e.V.
Wolfgang Schubert
Besselweg 34
48149 Münster-Gievenbeck
Tel.: 02 51 / 86 11 55

Stadtführungen

Münster-Marketing
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 492-27 10
Fax: 02 51 / 492-77 43
email: tourismus@stadt-muenster.de

Stadt-Lupe e.V.
Klemensstraße 10
48143 Münster
email: stadtlupe@muenster.org

Statt Reisen Münster
Rothenburg 47
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 14 03 33
Fax: 02 51 / 4 14 03 44
www.stattreisen-muenster.de

24

Städtische Ansprechpartner

Bürgeramt
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-33 33
www.muenster.de/stadt/buergeramt

Bezirksverwaltungsstellen (BVST) der Stadt Münster:

– Hiltrup, Patronatsstraße 20	Tel.: 0 25 01 / 44 56-0
– -Nord, Idenbrockplatz 8	Tel.: 02 51 / 4 92-16 01
– Ost, Vennemannstraße 5	Tel.: 02 51 / 2 10 97-0
– Südost, Am Steintor 50	Tel.: 0 25 06 / 93 19-0
– West, Pantaleonplatz 7	Tel.: 0 25 34 / 58 85 4-0
– Coerde, Am Hamannplatz 39	Tel.: 02 51 / 4 92-16 50
– Gievenbeck, Rüschhausweg 17	Tel.: 02 51 / 2 37 24 30
– Gremmendorf, Albersloher Weg 550	Tel.: 02 51 / 4 92-16 57

Koordinierungsstelle für Behindertenfragen der Stadt Münster
Sozialamt
Doris Rüter
Ludgeriplatz 4
48151 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-50 27
Fax: 02 51 / 4 92-79 01
email: RueterD@stadt-muenster.de

Akademie des Sehens e.V.
Beratungsstelle für Sehbehinderte
FranziskusCarré
Hohenzollernring 70
48145 Münster
Gabriele Berger und Ursula Witt
Tel.: 02 51 / 9 87 64 64
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: sehen-ev@versanet.de
www.muenster.org/ads

Westfälischer Blindenverein e.V.
Karl-Heinz Weichel
Norbertstraße 12
48151 Münster
Tel.: 02 51 / 52 56 96

Blinden- und Sehbehindertenverein Münster
Friesenring 32-34
48147 Münster
Edith Grämer
Tel.: 02 51 / 9 87 47 11
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: muenster@bsvw.de

Bund der Kriegsblinden Deutschlands e.V.
Heinz Schön
Elpke 85 D
33605 Bielefeld
Tel.: 05 21 / 27 01 67

Pro Retina
Verein für Menschen mit degenerativen Augenerkrankungen
Kiefernweg 20
48346 Ostbevern
Reinhold Krüskemper
Tel.: 0 25 32 / 90 26 0
emil: proretina-muenster@vr-web.de
www.pro-retina.de

26

Westfälischer Blindenwassersportverein e.V.
Wolfgang Schubert
Besselweg 34
48149 Münster-Gievenbeck
Tel.: 02 51 / 86 11 55

Notizen

Notizen

Akademie des Sehens
Verein zur Förderung Sehbehinderter und
zur Erforschung von Augenerkrankungen e.V.

Wenn das Sehen schlechter wird...

Adressen

Realisiert mit freundlicher
Unterstützung von

BAUM

ZEISS CARL ZEISS VISION

Inhaltsverzeichnis

2

Alten- und Pflegeheime S.4

Anträge S.4

Aura-Hotels S.6

Behörden S.6

Beratung S.7

Fahrdienst S.9

Hilfsmittel S.10

- Alltagshilfsmittel S.10
- Elektronische Hilfsmittel S.12
- Optische Hilfsmittel S.15

Medien S.15

Mobilität S.18

3

UniversalReader S.20

Schulen und Ausbildung S.20

Selbsthilfe S.21

Sport S.23

Stadtführungen S.23

Städtische Ansprechpartner S.24

Vereine S.25

Adressen

Alten- und Pflegeheime

4

Blindenaltenheim und Blindenpflegeheim
Nördeltstraße 33
59872 Meschede
Tel.: 02 91 / 29 90-0
800-377 377 0 (kostenlose Beratung)
Fax: 02 91 / 29 90-125
www.blindenheim-meschede.de

Anträge

Ausweis für schwerbehinderte Menschen (Schwerbehindertenausweis)
Bürgeramt
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 33 33
Fax: 02 51 / 492 77 22
email: buergeramt@stadt-muenster.de

Blindengeld und Hilfe für hochgradig Sehbehinderte
Landschaftsverband Westfalen-Lippe
Abteilung Soziales, Pflege und Rehabilitation
Warendorfer Straße 21-23
48133 Münster
Tel.: 02 51 / 5 91-47 34
Fax: 02 51 / 5 91-264
www.lwl.org

Hörbücherei
Westdeutsche Blindenhörbücherei e.V.
Harkortstraße 9
48163 Münster
Tel.: 02 51 / 71 99 01
Fax: 02 51 / 71 28 46
www.wbh-online.de

Rundfunkgebührenreduzierung
Bürgeramt
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 33 33
Fax: 02 51 / 492 77 22
email: buergeramt@stadt-muenster.de
www.rundfunkbeitrag.de

Wohngeld
Stadt Münster
Amt für Wohnungswesen
Stadthaus 3, Albersloher Weg 33
48155 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-64 02
Fax: 02 51 / 4 92-77 33
email: wohnungsamt@stadt-muenster.de
www.muenster.de/stadt/wohnungsamt

Hilfen beim Umzug
Informationsbüro Pflege
Gesundheitshaus
Gasselstiege 13
48159 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-64 88
Fax: 02 51 / 4 92-79 24
email: tenhompelb@stadt-muenster.de
www.muenster.de/stadt/pflege

Stadt Münster – Sozialamt
Hafenstraße 8
48153 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 50 01
Fax: 02 51 / 492 77 80
email: sozialamt@stadt-muenster.de
www.muenster.de

Aura-Hotels

6

Träger der Aura-Hotels sind die Landesblindenvereine

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.
DBSV-Geschäftsstelle
Rungestraße 19
10179 Berlin
Tel.: 0 30 / 28 53 87 0
Fax: 0 30 / 28 53 87 200
email: info@dbsv.org
www.dbsv.org

Behörden

Agentur für Arbeit Ahlen-Münster
Besucheranschrift: Martin-Luther-King-Weg 22, 48155 Münster
Postanschrift: Agentur für Arbeit Ahlen-Münster, 48138 Münster
Tel. f. Arbeitnehmer: 08 00 / 45 55 50 0 Anruf kostenfrei
Fax: 02 51 / 69 84 41
email: ahlen-muenster.161-reha@arbeitsagentur.de
Ansprechpartner für Münster: Rehaberater/-innen:
Ute Berning
Annegret Brock
Heinz Beckmann
Arbeitsvermittler/-innen mit Beratungsaufgaben für schwerbehinderte Menschen:
Sandra Rammonat, Buchstaben A-K
Hermann Overberg, Buchstaben L-Z
Elisabeth Böcker, Reha-Spezialistin im Arbeitgeber-Service

Amt für Finanzen und Beteiligungen
Besucheranschrift: Stadthaus 1, Klemensstraße 10, 48143 Münster
Postanschrift: Amt für Finanzen und Beteiligungen, 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 492 - 2001
02 51 / 492 - 2002
Fax: 02 51 / 492 - 7715
email: finanzen@stadt muenster.de

Jobcenter Münster
Stadthaus 2, Ludgeriplatz 4, 48151 Münster
Tel.: 02 51 / 6 09 18 - 800
Fax: 02 51 / 6 09 18 - 801
email: jobcenter@stadt-muenster.de

Hilfen im Arbeitsleben

Landschaftsverband Westfalen-Lippe, Integrationsamt
Fachdienst für blinde und sehbehinderte Menschen
Simone Löchte, Tel.: 02 51 / 591 - 35 63
simone.loechte@lwl.org
Michael Große Drenkpohl, Tel.: 0 25 1 / 591 - 46 11
Fax: 02 51 / 591- 68 03
Von-Vincke-Straße 23-25, 48143 Münster
www.lwl.org/LWL/Soziales/Integrationsamt

Landschaftsverband Westfalen-Lippe
Abteilung Behindertenhilfe-Westfalen
Warendorfer Straße 26-28
Postanschrift: 48133 Münster
Tel.: 02 51 / 591 - 36 10
Fax: 02 51 / 591 - 276

Beratung

Akademie des Sehens e.V.
Beratungsstelle für Sehbehinderte
FranziskusCarré, Hohenzollernring 70 · 48145 Münster
Gabriele Berger und Ursula Witt
Tel.: 02 51 / 9 87 64 64 · Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: sehen-ev@versanet.de
www.muenster.org/ads

Alzheimergesellschaft Münster e.V.
Tannenbergstraße 1
48147 Münster
Tel.: 02 51 / 80 03 97
Fax: 02 51 / 3 90 97 61
email: Alz-ges@muenster.de
www.alzheimer-muenster.de

8

AMD-Netz NRW e.V.
Patienten-Hotline: 0 18 05 / 77 47 78
Mo bis Fr 14 – 18 Uhr,
14 Ct./Min.(dt. Festnetz),
max. 42 Ct./Min.(Mobilfunknetz)
www.amd-netz.de

Beratungsstelle des Blinden- und Sehbehindertenvereins Münster im Diakonischen Werk
Friesenring 32-34
48147 Münster
Edith Grämer
Tel.: 02 51 / 9 87 47 11
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: muenster@bsvw.de

Beratungsstelle für Sehgeschädigte an der Westfälischen Förderschule Förderschwerpunkt Sehen
Bröderichweg 41
48159 Münster
Gaby Barfues, Elisabeth Hordt, Claudia Scholle
Tel.: 02 51 / 2 10 51 71
Fax: 02 51 / 2 10 52 70
email: irirsschule@lwl.org
www.lwl.org/wsfs

Beratungsstelle Wohnraumanpassung im Informationsbüro Pflege
Gesundheitshaus
Gasselstiege 13
48159 Münster
Thomas Skrzidlo
Tel.: 02 51 / 492 - 50 60
Fax: 02 51 / 492 - 79 24
email: wohnberatung@stadt-muenster.de

Bürgerbüro Mitte
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 492 - 33 33
Fax: 02 51 / 492 - 77 22

Gerontopsychiatrische Beratung der Westfälischen Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Kostenlose Angehörigenberatung
Friedrich-Wilhelm-Weber Straße 30 · 48147 Münster
Tel.: 02 51 / 9 15 55 - 24 02

Gerontopsychiatrische Beratung des Alexianer-Krankenhauses
Clemens-Wallrath-Haus
Josefstraße 4 · 48151 Münster
Tel.: 02 51 / 52 02 - 27 600
email: cwh@alexianer.de
www.alexianer.de

Informationsbüro Pflege Gesundheitshaus
Gasselstiege 13 · 48159 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-50 50
email: infobuero@stadt-muenster.de
www.stadt-muenster.de/stadt/pflege

Seniorenbüro der St. Mauritz- und Erlösergemeinde
St. Mauritz-Freiheit 23 · 48145 Münster
Tel.: 02 51 / 37 56 91
seniorenbuero-mauritz@web.de

Seniorenbüro an der Apostelkirche
Apostelkirche 5 · 48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 77 94
email: seniorenbuero-mauritz@web.de

Fahrdienst

Fahrdienst für Menschen mit Behinderungen
Stadt Münster – Sozialamt
Hafenstraße 8, Zimmer 029 · 48153 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Waltraud Hölscher
Tel.: 02 51 / 4 92 – 59 97
Fax: 02 51 / 4 92 – 79 01
email: hoelscherw@stadt-muenster.de

Alltagshilfsmittel

Blista-Shop
Deutsche Blindenstudienanstalt e.V.
Am Schlag 8/10
35037 Marburg
Tel.: 0 64 21 / 60 60
Fax: 0 64 21 / 60 62 29

LHZ
Landeshilfsmittelzentrum
Louis-Braille-Straße 6
01099 Dresden
Tel.: 03 51 / 8 09 06 24
Fax: 03 51 / 8 09 06 27
email: lhz@bsv-sachsen.de
www.bsv-sachsen.de

MARLAND
Spezialversand für Blinde und Sehbehinderte
Zollenreuterstraße 6
88326 Aulendorf
Tel.: 0 75 25 / 92 05-0
Fax: 0 75 25 / 92 05-19
email: info@marland.de
www.marland.de

Marschall
Turmstraße 10
97816 Lohr am Main
Tel.: 0 93 52 / 89 67 1
Fax: 0 93 52 / 89 67 2
email: post@marschall-versand.de
www.marschall-versand.de

Sinn & Kolless
Blindenuhren
Am Schellberg 3
65812 Bad Soden
Tel.: 0 61 96 / 2 30 11
Fax: 0 61 96 / 64 32 56
email: info@blindenuhren.de
www.blindenuhren.de

Vermietung und Verkauf von
Daisy-Abspielgeräten
KS-Kassetten
Brinkeweg 24
33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Tel.: 0 52 07 / 95 41-0
Fax: 0 52 07 / 95 41-11
email: info@ks-cassetten.de
www@ks-cassetten.de

VMP
Versand M. Proske
Königstraße 48
25709 Marne
Tel.. 0 48 51 / 9 56 99 50
email: info@vmpversand.de
www.vmpversand.de

VZFB
Verein zur Förderung der Blindenbildung
Bleekstraße 26
30559 Hannover
Tel.: 05 11 / 9 54 65-0
Fax: 05 11 / 9 54 65-85
email: info@deutscherhilfsmittelvertrieb.de
www.deutscherhilfsmittelvertrieb.de

Elektronische Hilfsmittel

Beta Hilfen für Sehgeschädigte GmbH
Koenbergkstraße 3
99084 Erfurt
Tel.: 03 61 / 43 06 83 10
Fax: 03 61 / 43 06 83 19
email: info@beta-hilfen.de
www.beta-hilfen.de

B&M Ingenieurbüro GmbH
Strandallee 101
23683 Scharbeutz
Tel.: 01 80 / 500 68 22
Fax: 0 45 03 / 70 22 93
email: bm@bm-ing.de
www.bm-ing.de

Baum Retec AG
In der Au 22
69257 Wiesenbach
Tel.: 0 62 23 / 49 09-0
Fax: 0 62 23 / 49 09-399
email: info@baum.de
www.baum.de

Deininger Mobile Hilfsmittelzentrale
Lilienthalstraße 10-12
64625 Bensheim
Tel.: 0 62 51 / 6 48 81
Fax: 0 62 51 / 6 11 74
email: iinfo@deininger.biz
www.deininger.biz

Frank Audiodata
Elisabethstraße 9
35037 Marburg
Tel.: 0 64 21 / 1 71 30
Fax: 0 64 21 / 1 71 33 2
www.audiodata.de

Handy Tech
Elektronik GmbH
Brunnenstraße 10
72160 Horb
Tel.: 0 74 51 / 55 46-0
Fax: 0 74 51 / 55 46-67
email: info@handytech.de
www.handytech.de

Hedo Reha-Technik GmbH
Kirchenstraße 2
85622 Feldkirchen
Tel.: 0 89 / 90 48 99 0
Fax: 0 89 / 90 46 183
email: info@hedo.de
www.hedo.de

Novotech GmbH
Kaltbrunnerstraße 24
78476 Allensbach
Tel.: 0 75 33 / 93 21-0
Fax: 0 75 33 / 93 21-99
email: mail@novotech-gmbh.de
www.novotech-gmbh.de

EV Optron GmbH
Steinschönauerstraße 4b
64823 Groß-Umstadt
Tel.: 0 60 78 / 9 69 827-0
Fax: 0 60 78 / 9 69 827-33
email: info@evoptron.de
www.optron.de

F.H. Papenmeier GmbH & Co.KG
Technologie für Blinde und Sehbehinderte
Talweg 2
58239 Schwerte
Tel.: 0 23 04 / 205-0
Fax: 0 23 04 / 205-205
email: info@papenmeier.de
www.papenmeier.de

14

Rehan
Medizingeräte
Am Förderturm 10 A
45472 Mühlheim a.d.Ruhr
Tel.: 02 08 / 7 82 00 45
Fax: 02 08 / 7 82 00 46
email: rehan.info@gmx.de
www.rehan.org

Reinecker Vision GmbH
Aachener Straße 1347-1349
50859 Köln
Tel.: 0 22 34 / 4 07 60
Fax: 0 22 34 / 4 07 25
email: info.koeln@reineckervision.de
www.reineckervision.de

Steller-Technology GmbH & Co.KG
Steinbruchweg 9
06198 Salzatal OT Lieskau
Tel.: 03 45 / 55 88 00
Fax: 03 45 / 55 88 051
email: info@steller-technology.de
www.steller-technology.de

OptelecGmbH Tiemann
Fritzlarer Straße 25
34613 Schwalmstadt
Tel.: 0 66 91 / 96 17-0
Fax: 0 66 91 / 96 17-27
email: info@optelec.de
www.optelec.de

Optische Hilfsmittel

Eschenbach
Eschenbach Optik GmbH
Schopenhauerstraße 10
90409 Nürnberg
Tel.: 09 11 / 360 0-0
Fax: 09 11 / 360 0-358
email: mail@eschenbach-optik.com
www.eschenbach-optik.com

Schweizer Optik
Hans-Böckler-Straße 7
91301 Forchheim
Tel.: 0 91 91 / 72 10-0
Fax: 0 91 01 / 72 10-72
email: info@schweizer-optik.de
www.schweizer-optik.de

Zeiss
Turnstraße 27
73430 Aalen
Tel.: 0 73 61 / 598-500 0
Fax: 0 73 61 / 591-480
email: info-de@vision.zeiss.com
www.vision.zeiss.com

Medien

Aktion Tonbandzeitung für Blinde e.V.
Hörmedien für Blinde und Sehbehinderte
Postfach 14 21
37594 Holzminden
Tel.: 0 55 31 / 71 53
Fax: 55 31 / 71 51
email: atz@blindenzeitung.de
www.atz-blinde.de

Deutsche Hörfilm GmbH
Novalisstraße 10
10115 Berlin
Tel.: 0 30 / 23 55 73 40
Fax: 0 30 / 23 55 73 43 3
email: info@hoerfilm.de
www.hoerfilm.de

Servicetelefon:
Aktuelle Sendetermine: Tel.: 0 30 / 21 99 77 11
Videotext kann akustisch abgerufen werden unter:
Tel.: 0 89 / 55 98 82 88

Radio-Programmzeitschrift
Dampf-Radio Verlags GmbH
Auf dem Stock 8-10
53937 Schleiden
Tel.: 0 24 44 / 91 13 30
Fax: 0 24 44 / 91 13 32
www.radioprogrammzeitschrift.de

Hörzeitungen

Hör mal
Herausgeber: Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen
Inhalt: Nachrichten aus dem Blindenwesen Westfalens; Veranstaltungen, Termine, Berichte, Pressespiegel, etc.
Erscheinung: 1 Kassette, ca. 90 min, monatlich
Preis: einmalig 5 € (für Kassette und Versandtasche)
Anmeldung: Geschäftsstelle Dortmund
Bezieher: nur Vereinsmitglieder

Evangelisches Hörmagazin für Blinde und Sehbehinderte
Herausgeber: Evangelischer Presseverband für Westfalen und Lippe e.V. in Zusammenarbeit mit dem Evangelischen Blinden- und Sehbehindertenverband in Westfalen
Erscheinung: alle 2 Monate als Audio-CD und als Kassette
Preis: kostenlos
Inhalt: Kirchliche Nachrichten, Informationen für blinde und sehbehinderte Menschen, Interviews und Unterhaltung und Musik.
Anmeldung: Evangelisches Presse- und Verlagshaus
Cansteinstraße 1
33647 Bielefeld
Tel.: 05 21 / 94 40 0
Fax: 05 21 / 94 40 13 6
www.evangelisches-hoermagazin.de

Katholische Blindenhörbücherei GmbH
Graurheindorfer Straße 151a
53117 Bonn
Tel.: 02 28 / 5 59 49-0
Fax: 02 28 / 5 59 49-19
dkbbbonn@t-online.de
www.blindenhoerbuechereibonn.de

Stadtbücherei Münster
Ansprechpartnerin für den Service „Bücher auf Rädern“:
Tina Eisenkopf
Postfach 5945 · 48135 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92 42 36 (AB)
Fax: 02 51 / 4 92 77 24
email: buecherei@stadt-muenster.de
www.muenster.de/stadtbuecherei

UniversalReader
Papenmeier GmbH & Co. KG
Fachbereich Reha-Technik
Talweg 2 · 58239 Schwerte
Tel.: 0 23 04 / 205-0
Fax: 0 23 04 / 205-205
email: info.reha@papenmeier.de
www.papenmeier.de

Westdeutsche Blindenhörbücherei e.V.
Harkortstraße 9
48163 Münster
Tel.: 02 51 / 71 99 01
Fax: 02 51 / 71 28 46
wbh@wbh-online.de
www.wbh-online.de

Mobilität

Bahnhofsmission Münster
Berliner Platz 2, Gleis 9/12
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 58 02
Fax: 02 51 / 9 87 36 81
bahnhofsmission@caritas-ms.de
www.bahnhofsmission.de

Berufsverband der Rehabilitationslehrer/-innen
für Orientierung und Mobilität für Blinde und Sehbehinderte e.V.
Tel.: 0 70 00 / 2 66 27 38
email: vorstand@rehalehrer.de
www.rehalehrer.de

Blindengerechte Ampeln/Orientierungshilfen
im öffentlichen Raum
Stadt Münster Tiefbauamt
Albersloher Weg 31
48155 Münster
Herr Reloe
Tel.: 02 51 / 492-69 30
Fax: 02 51 / 492-77 35

Deutsche Bahn AG
Mobilitätsservice-Zentrale für die Planung barrierefreier Reisen
Kostenlose Auskunftsnummer:
(mit Sprachdialogsystem)
Tel.: 0800 / 1 50 70 90
Mobilitätsservicezentrale für behinderte Reisende:
Beratung – Reiseinfos
Umsteigehilfen, Gepäckservice,
Fahrkartenkauf, Platzreservierung
Tel.: 01 80 / 6 51 25 12 (20ct/Anruf)

Fahrdienst für Menschen mit Behinderungen
Stadt Münster-Sozialamt
Hafenstraße 8
48153 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-59 97
Fax: 02 51 / 4 92-79 01
email: hoelscherw@stadt-muenster.de

KOMM
Kommunikations- und Orientierungshilfen für
Menschen mit Behinderung in Münster
Stiftung Siverdes der Stadt Münster
Paul Claahsen
48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-59 03
email: claahsen@stadt-muenster.de
www.muenster.de/KOMM/

Mobilitätstraining in Münster
Christiane Haunschild
Tel.: 02 51 / 52 74 11
email: c.haunschild@gmx.de
weitere Adressen: www.rehalehrer.de

Parkerleichterungen
Ordnungsamt der Stadt Münster
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-32 89, -32 90, -32 91
Fax: 02 51 / 4 92 77 21
email: ordnungsamt@stadt-muenster.de

Stadtwerke Münster GmbH
Verkehrsbetriebe
Hafenplatz 1
48155 Münster
Verkehrs-Hotline: 0 18 03 / 50 40 30
email: verkehr@stadtwerke-muenster.de
www.stadtwerke-muenster.de

UniversalReader

Papenmeier GmbH & Co. KG
Fachbereich Reha-Technik
Postfach 1620
58211 Schwerte
Tel.: 0 23 04 / 205-0
Fax: 0 23 04 / 205-20 5
email: info@papenmeier.de
www.papenmeier.de

Schulen und Ausbildung

Berufsbildungswerk Soest
Hattroper Weg 57
59494 Soest
Tel.: 0 29 21 / 6 84-0
Fax: 0 29 21 / 6 84-109
email: bbwsoest@lwl.org

www.bbw-soest.de

Berufsförderungswerk Düren
Karl-Arnold-Straße 132-134
52349 Düren
Tel.: 0 24 21 / 598-0
Fax: 0 24 21 / 598-19 2
Hotline: 0 24 21 / 598-10 0
email: info@bfw-dueren.de

Westfälische Förderschule Förderschwerpunkt Sehen
Bröderichweg 41
48159 Münster
Tel.: 02 51 / 2 10 51 71
Fax: 02 51 / 2 10 52 70
email: irisschule@lwl.org
www.lwl.org/wsfs

Selbsthilfe

Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen e.V. (BSVW)
Blindenwerk Westfalen GmbH
Märkische Straße 61-63
44141 Dortmund
Tel.: 02 31 / 55 75 90-0
Fax: 02 31 / 55 75 90-22
email: info@bsvw.de
www.bsvw.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Münster
Friesenring 32-34
48147 Münster
Edith Grämer
Tel.: 02 51 / 9 87 47 11
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: muenster@bsvw.de

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.
DBSV-Geschäftsstelle
Rungestraße 19 · 10179 Berlin
Tel.: 0 30 / 28 53 87 0
Fax: 0 30 / 28 53 87 200
email: info@dbsv.org

www.dbsv.org

Evangelischer Blinden- und Sehbehindertendienst in Westfalen
Ansprechpartner: Pfarrer Uwe Slotta
Tel.: 02 51 / 4 84 01 10
Geschäftsstelle: Pfarrer Dietrich Buettner
Friesenring 32 / 34
48147 Münster
Tel.: 02 51 / 27 09-355 oder -359
Fax: 02 51 / 27 09-573
email: info@blindenseelsorge-nrw.de

Grüner Star – Glaukom Informationsservice e.V.
Klostergarten 2
67161 Gönnheim
Tel.: 0 63 22 / 98 82 83

Initiativkreis zur Glaukomfrüherkennung e.V.
Generalsekretär: Dr. Dr. R. Gerste
Postfach 1718
82102 Germering
www.glaukom.de

Katholisches Blindenwerk in NRW e.V.
Geschäftsführer Ralf Althaus
Probsteihof 10
44137 Dortmund
Tel.: 02 31 / 18 48-37 2
Fax: 02 31 / 18 48-37 7

MIKS
Selbsthilfekontaktstelle Münster
Paritätisches Zentrum
Dahlweg 112
48153 Münster
Tel.: 02 51 / 60 93 32 30
Fax: 02 51 / 6 18 51 12
email: selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org

www.miks-muenster.de

Pro Retina
Verein für Menschen mit degenerativen Augenerkrankungen
Kiefernweg 20
48346 Ostbevern
Reinhold Krüskemper
Tel.: 0 25 32 / 90 26 0
email: proretina-muenster@vr-web.de
www.pro-retina.de

Uveitis e.V.
Kontakt auch über MIKS
c/o Gabriele Müller
St.-Ulrich-Straße 11
85250 Altomünster-Stumpfenbach
email: uveitis.ev@gmail.com
www.duag.org

Sport

Westfälischer Blindenwassersportverein e.V.
Wolfgang Schubert
Besselweg 34
48149 Münster-Gievenbeck
Tel.: 02 51 / 86 11 55

Stadtführungen

Münster-Marketing
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 492-27 10
Fax: 02 51 / 492-77 43
email: tourismus@stadt-muenster.de

Stadt-Lupe e.V.
Klemensstraße 10
48143 Münster
email: stadtlupe@muenster.org

Statt Reisen Münster
Rothenburg 47
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 14 03 33
Fax: 02 51 / 4 14 03 44
www.stattreisen-muenster.de

24

Städtische Ansprechpartner

Bürgeramt
Stadthaus 1
Klemensstraße 10
48143 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-33 33
www.muenster.de/stadt/buergeramt

Bezirksverwaltungsstellen (BVST) der Stadt Münster:

– Hiltrup, Patronatsstraße 20	Tel.: 0 25 01 / 44 56-0
– -Nord, Idenbrockplatz 8	Tel.: 02 51 / 4 92-16 01
– Ost, Vennemannstraße 5	Tel.: 02 51 / 2 10 97-0
– Südost, Am Steintor 50	Tel.: 0 25 06 / 93 19-0
– West, Pantaleonplatz 7	Tel.: 0 25 34 / 58 85 4-0
– Coerde, Am Hamannplatz 39	Tel.: 02 51 / 4 92-16 50
– Gievenbeck, Rüschhausweg 17	Tel.: 02 51 / 2 37 24 30
– Gremmendorf, Albersloher Weg 550	Tel.: 02 51 / 4 92-16 57

Koordinierungsstelle für Behindertenfragen der Stadt Münster
Sozialamt
Doris Rüter
Ludgeriplatz 4
48151 Münster
Postanschrift: 48127 Münster
Tel.: 02 51 / 4 92-50 27
Fax: 02 51 / 4 92-79 01
email: RueterD@stadt-muenster.de

Akademie des Sehens e.V.
Beratungsstelle für Sehbehinderte
FranziskusCarré
Hohenzollernring 70
48145 Münster
Gabriele Berger und Ursula Witt
Tel.: 02 51 / 9 87 64 64
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: sehen-ev@versanet.de
www.muenster.org/ads

Westfälischer Blindenverein e.V.
Karl-Heinz Weichel
Norbertstraße 12
48151 Münster
Tel.: 02 51 / 52 56 96

Blinden- und Sehbehindertenverein Münster
Friesenring 32-34
48147 Münster
Edith Grämer
Tel.: 02 51 / 9 87 47 11
Fax: 02 51 / 9 87 47 88
email: muenster@bsvw.de

Bund der Kriegsblinden Deutschlands e.V.
Heinz Schön
Elpke 85 D
33605 Bielefeld
Tel.: 05 21 / 27 01 67

Pro Retina
Verein für Menschen mit degenerativen Augenerkrankungen
Kiefernweg 20
48346 Ostbevern
Reinhold Krüskemper
Tel.: 0 25 32 / 90 26 0
emil: proretina-muenster@vr-web.de
www.pro-retina.de

26

Westfälischer Blindenwassersportverein e.V.
Wolfgang Schubert
Besselweg 34
48149 Münster-Gievenbeck
Tel.: 02 51 / 86 11 55

Notizen

Notizen