

Ausgabe 4/23

Augenblick

Magazin des Schweizerischen Blinden-
und Sehbehindertenverbands



Unsere Angehörigen und
wir – wie wir gemeinsam
den Alltag meistern

Seite 8



SBV

Schweizerischer Blinden-
und Sehbehindertenverband



Porträt der Modedesignerin
Silvana Vanni Giangrande
Seite 18

Titelbild

Die Zwillinge Laure und Marie-
Pierre Assimacopoulos sind
ein eingeschworenes Team.
Ihre Geschichte zeigt, was in
der Beziehung zwischen
blinden oder sehbehinderten
Menschen und ihren Ange-
hörigen wichtig ist, um Identität
und Autonomie zu stärken.
Foto: François Schaer



Über diesen
QR-Code
gelangen Sie
zur Online-
Version im
PDF-Format.



Sehbehinderung und Beziehung:
ein Experten-Interview
Seite 13



IV-Finanzierung barriere-
freier Haushaltsgeräte
Seite 22

In Kürze

4 News und Wissenswertes

Schwerpunkt

- 8** Wir, die Liebsten und
unser gemeinsamer Weg
13 Experten-Interview: «Das
Wir-Gefühl ist entscheidend»
16 Sehbehinderte Angehörige –
was beachten?

Menschen

- 18** Die Mode im Kopf,
die Gemeinschaft im Herzen
22 Barrierefreie Haushalts-
geräte – die IV übernimmt
Kosten bei Gerätetausch

Verband

- 23** VöV-Karte – wie weiter
ab 2024?
24 SBV-Kampagne «Digitale
Barrierefreiheit. Jetzt.»
27 Kreativgruppen – es gibt
offene Plätze!
29 Die Freuden des Winters
sind zugänglich
30 Neujahrsvorsätze –
so halten sie



Tag des weissen Stocks – achtsam sein!

Unter dem Motto «Achtsam sein» wandten sich SBV-Mitglieder Mitte Oktober mit zahlreichen Aktionen an Öffentlichkeit und Fachkreise. Sehende Mitmenschen konnten mit Simulationsbrillen erfahren, wie sich Sehbehinderungen anfühlen, oder ausprobieren, wie es ist, mit einem weissen Stock und Dunkelbrille unterwegs zu sein. Auch der Umgang mit Sehbehinderten und wie man richtig führt, waren wichtige Themen. Unsere Angebote stiessen auf reges Interesse,

viele Stände waren gut besucht. Wir danken allen Beteiligten für ihr Engagement!

Foto: SBV (Hervé Richoz)

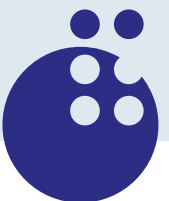
Neue Titel im E-Kiosk

Gute Nachrichten aus unserer Abteilung Technologie und Innovation: Wir konnten das Zeitschriftenangebot im E-Kiosk erneut ausbauen. Unter anderem stehen neu die Todesanzeigen der «Berner Zeitung» und des «Tages-Anzeigers» zur Verfügung. Damit konnten wir einen grossen Wunsch der

Leser:innen erfüllen! Nutzen Sie den E-Kiosk noch nicht? Für den Jahresbeitrag von nur CHF 128.– (CHF 160.– für Nichtmitglieder) finden Sie hier alle Artikel aus über 70 Zeitungen, aufbereitet für die gängigen Hilfsmittel.

Mehr Infos:

www.sbv-fsa.ch/e-kiosk





Liebe Leserinnen, liebe Leser

Das Leben fordert uns im Grossen wie im Kleinen. Freunde, Familien und Kolleg:innen helfen uns, solche Hürden zu meistern. Unser Schwerpunkt stellt dazu die Frage: Was macht ein gutes Team aus?

Leider bleiben im öffentlichen Leben weiterhin viele Dienstleistungen für blinde und sehbehinderte Menschen ohne barrierefreien Zugang. Wie der SBV die Interessen der Betroffenen in Sachen digitaler Barrierefreiheit oder politischer Teilhabe vertritt, lesen Sie auf unseren Verbandsseiten.

Das Magazin «Augenblick» richtet sich auf Wunsch der Sektionen noch stärker auf die Mitglieder aus. Wir haben für diese Ausgabe deshalb das Layout angepasst. Auch hier gilt unser Motto: Gemeinsam sehen wir mehr!



Viele weitere interessante
Einsichten wünscht

Martin Abele
Departementsleiter
Interessenvertreter
und Kommunikation



Neues Team im BBZ Lausanne

Die Ausbildungs- und Begegnungszentren des SBV (BBZ) ermöglichen den Teilnehmenden schöne Begegnungen, während sie ihre verborgenen Talente entdecken. Im komplett renovierten BBZ Lausanne ist für die Leiterin Jeanene Guys Matthey die Zeit des wohlverdienten Ruhestands gekommen. Wir danken herzlich für ihren langjährigen Einsatz! Ihre Stelle wird neu durch Steve Schreuder besetzt. Für die Begleitung der Arbeit mit Holz, Keramik, Mehrzweckwerkstätten und Glas werden



Bild oben, v.l.n.r.: Marc Willi Cotting, Magali Kocher, Jeanene Guys Matthey, Grégory Benoit, Steve Schreuder.

ihm Magali Kocher und Marc Cotting, ebenfalls neue Mitarbeitende, sowie der Praktikant Grégory Benoit zur Seite stehen.

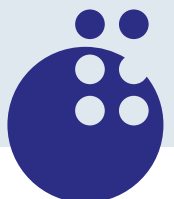
Foto: SBV (Hervé Richoz)

Exklusiv für SBV-Mitglieder: Online bestellen ohne Liefergebühr

Coop startet im Jahr 2024 ein Pilotprojekt exklusiv für SBV-Mitglieder. Ab einem Mindestwert von CHF 99.90 werden Ihnen bei Bestellungen via www.coop.ch oder in der Coop-Supermarkt-App die Liefergebühren erlassen. Pro Mitglied gilt das Angebot für 12 Bestellungen im Jahr.

Sind Sie interessiert? Die Gutscheincodes können Sie per Mail, telefonisch oder online bestellen: coop@sbv-fsa.ch, 031 390 88 00.

Weitere Informationen zum Angebot finden Sie auf der SBV-Website: www.sbv-fsa.ch/coop





Wir handhaben Ihre Daten verantwortungsvoll

Im September ist das neue Datenschutzgesetz in Kraft getreten. Auch der SBV hat mit Unterstützung eines externen Datenschutzexperten die nötigen Schritte unternommen. Unter anderem wurden einige neue Vereinbarungen getroffen und die Datenschutzerklärung angepasst, um den gesetzlichen Anforderungen gerecht zu werden.

Der SBV geht weiterhin verantwortungsvoll mit Ihren Personendaten um. Mithilfe der Daten schaffen wir Mehrwerte für Sie: Beispielsweise steht Ihnen der SBV mit interdisziplinären Teams oder in unseren Kursen zur Seite oder informiert Sie über ergänzende Angebote und Partner.

Bei Fragen zum Datenschutz steht Ihnen Roland Wagner, Leiter Department Verbandsdienstleistungen, gerne zur Verfügung.

Unsere aktuelle Datenschutzerklärung als PDF: www.sbv-fsa.ch/datenschutz



Foto oben: Für Marie-Pierre (rechts) ist ihre sehende Zwillingsschwester Laure eine grosse Stütze.

Wir, die Liebsten und unser gemeinsamer Weg

Das familiäre Zusammenleben mit einem sehbehinderten Menschen kann für alle Seiten grosse Schwierigkeiten bedeuten. Stimmen zur Selbsthilfe.

Eine Sehbehinderung verändert die Beziehung zu den Mitmenschen tief – sei es zu Eltern, Geschwistern oder Betreuern, zwischen Paaren oder zu Freunden. Missgeschicke, Unausgesprochenes und Kränkungen werden im Alltag zum Problem; sie hinterlassen Wunden, die oft erst nach langer Zeit heilen.

Kein Mitleid, sondern Respekt

Ein Thema, das zwischen Sehbehinderten und ihren Angehörigen immer wieder auftaucht, ist das Streben nach Autonomie. Insbesondere, wenn die Sehbehinderung noch neu ist, müssen sich auch Angehörige irgendwann über ihre eigene

Rolle Gedanken machen. Denn die sehbehinderte Person muss sich in einer Welt zurechtfinden, in der ein Bild mehr als tausend Worte sagt, ohne sich ausgeschlossen zu fühlen. Und ihre Angehörigen müssen ihr dabei beistehen, ohne sich aufzudrängen – und ohne sich dabei selbst zu vergessen. Beide müssen Mittel und Wege finden, ihren Austausch respektvoll und inklusiv zu gestalten.

Wie steht es um die Beziehung sehbehinderter Menschen zu ihren Angehörigen, wenn sie nicht in einer Partnerschaft, sondern mit anderen Familienmitgliedern oder allein leben? Wir haben zwei von ihnen getroffen.



Foto oben: Unterstützung dabei, es selbst zu machen: Das Geschenk der Autonomie.

Der erste Schritt zur Autonomie: Selbstbewusstsein

Marie-Pierre ist seit der Geburt blind. Die 45-Jährige kann die Blicke aus ihrem Umfeld zwar nicht sehen, aber seit jeher spüren. So bekam sie immer wieder zu hören: «Ach, das ist doch normal, dass andere dich anschauen, sie kennen das nicht.» Ihre sehende Zwillingsschwester Laure ist ihr eine grosse Stütze. Diese ermahnt sie immer wieder: «Mach einfach dein Ding. Du brauchst nicht jeden zu mögen und darfst auch mal jemanden zum Teufel jagen.» Die Zwillinge Laure und Marie-Pierre Assimacopoulos leben heute nicht mehr zusammen, aber sie sind nach wie vor ein eingeschworenes Team – und ein gutes Beispiel

dafür, was in jeder Altersgruppe beim Aufbau von Identität und Autonomie wichtig ist.

Gegenseitiges Lernen und Lehren für Selbstwert und Selbstständigkeit

Johanna Lott Fischer lebt mit ihrer 23-jährigen sehbehinderten Tochter in Neuenburg. Sie erinnert uns daran: Eltern wollen immer das Beste für ihre Kinder. So auch sie. Johanna betont daher – genau wie auch Laure in Bezug auf ihre Zwillingsschwester Marie-Pierre –, sie verstehe sich nicht als «pflegende Angehörige».

Dennoch stellte sich Johanna die Frage nach der Zukunft ihres Kindes, das «anders» ist,

«Wir leben nicht mehr nebeneinander, sondern Seite an Seite.»

Marie-Pierre und Laure Assimacopoulos

schon früh. Anfangs war die Behinderung eher ein medizinisches Problem, doch später probierte das Kind neue Fertigkeiten aus und strebte nach mehr Selbstständigkeit – und auch die Eltern mussten viel lernen. Johanna lacht: «Erst in einem Seminar für Angehörige wurde mir klar, dass wir unserer Tochter nicht einmal gezeigt hatten, wo der Abfallkübel steht. Wir hatten einfach immer alles für sie aufgeräumt.» Was Kindern in einer solchen Situation beim Aufbau von Autonomie und Selbstwert helfen kann, ist der Besuch einer Sonderschule.

Auch für Kinder, die nicht selbst betroffen sind, aber Betroffene als enge Angehörige haben, spielt das Thema Selbstwert eine grosse Rolle. So war Laure in ihrer Kindheit zwar bewusst, dass ihre Zwillingsschwester mehr Probleme hat als sie selbst – sie hätte sich aber trotzdem oft mehr Aufmerksamkeit gewünscht. Sie erinnert sich

an ihre gemischten Gefühle: «Um meinen Eltern nicht noch mehr Sorgen zu bereiten, machte ich mich ganz klein.»

Offenen Austausch wagen

Die Jugend ist eine entscheidende Phase, in der sich die Beziehungen zum Umfeld wandeln; Grenzen und Möglichkeiten werden immer bewusster erlebt. So auch bei Marie-Pierre: Als Teenager verfolgte sie das Leben ihrer sehenden Zwillingsschwester genau und spürte immer wieder schmerzlich, dass sie «anders» ist. Auch Laure erinnert sich an eine schwierige Zeit: «Ich war machtlos. Ich spürte ihre Verzweiflung, wusste aber nicht, was ich machen sollte.»

Auf der Suche nach ihrem eigenen Platz im Leben begriffen die Schwestern früh, dass ihre enge Bindung enorm wichtig ist, aber ständig angepasst werden muss. Heute sind sie im Umgang miteinander ganz offen – was sie als Glück emp-

finden. Unisono bekräftigen beide: «Aufrichtigkeit ist sehr wichtig für uns. Wir leben jetzt nicht mehr nebeneinander, sondern Seite an Seite.» Sie fassen damit in Worte, worauf es wirklich ankommt: Man muss sich trauen, zu fragen und auszusprechen, wie die eine das, was die andere erlebt, wahrnimmt.

Mehr an Zeit, mehr als Mensch

Blinde und sehbehinderte Menschen erfahren auch als Erwachsene viel Frustration und Verletzungen. Marie-Pierre etwa tut es weh, wenn sie andere – oft unwillentlich – beim Sport und im Beruf auf ihre Blindheit reduzieren. Es macht sie wütend: «Ich bin nicht die Blinde vom Dienst. Am anderen Ende meines weissen Stocks steht ein Mensch!» Gleichzeitig gehört es zu ihrem Leben, dass sie aus manchen unangenehmen Situationen allein nicht herausfindet. Laure steht ihr in solchen Situationen bei: «Das Wichtigste sind aufmerksame Angehörige, die einen diskret aus einer misslichen Lage befreien.»

In unserer visuellen, hektischen Welt ist es wichtig, dass Angehörige auf eine bessere

Netzwerke für Selbsthilfe und Austausch

- Stiftung Visoparents für Eltern sehbehinderter Kinder
- Aktivitäten der regionalen Sektionen des SBV
- Kreativgruppen des SBV
- Gesprächsgruppen (Retina)
- Beratungsdienste des SBV

Kommunikation achten und den Betroffenen das so dringend benötigte «Mehr» an Zeit und Raum schenken. Ob als Kinder, Jugendliche oder Erwachsene: Sehbehinderte brauchen angesichts all ihrer oft ermüdenden Bemühungen um Autonomie mehr als alles andere das Gefühl, ein vollwertiger Teil unserer Gesellschaft zu sein. Das ist nur dann möglich, wenn sie sich mit ihren Nächsten ganz offen austauschen können – alle Seiten einer Beziehung sind in der Verantwortung, diesen offenen Austausch zusammen zu wagen.

Text: Hervé Richoz
Fotos: François Schaer



«Das Wir-Gefühl ist entscheidend»

Prof. Dr. Guy Bodenmann, renommierter Schweizer Psychologe, über gute Beziehungen – trotz oder gerade wegen Sehbehinderung.

Herr Bodenmann, was ist das Geheimnis glücklicher Paare?

(Lacht.) Eine grosse Frage, mit der wir hier starten. Die entscheidende Basis ist das Commitment: Der Partner oder die Partnerin muss die zentrale Rolle im Leben einnehmen. Das gibt der Beziehung eine Zukunftsperspektive. Aufbauend darauf braucht es verschiedene Kompetenzen: gut miteinander streiten können, die Alltagskommunikation angenehm und freundlich gestalten, verlässlich füreinander da sein. Auch eine erfüllende Sexualität ist wichtig.

Sie haben in Ihrer «Selody-Studie» (2020) über 120 Paare befragt, wie sich ihre Beziehung entwickelt hat, seit einer der beiden Partner:innen eine Sehbehinderung hat. Von was für Problemen wurde häufig berichtet? Speziell an unserer

Studie ist, dass die Behinderung bei den meisten Paaren schon länger bestand. Und bei diesen Paaren war die Behinderung überhaupt nicht das Hauptthema. Klar hat sie den Umgang miteinander verändert: Einer der beiden ist plötzlich nicht mehr in der Lage, im Alltag gleich viel beizutragen; kann zum Beispiel nicht mehr alles im Haushalt machen. In vielen Beziehungen ohne Behinderung führt ein solches Ungleichgewicht zu Problemen. Aber hier hat der Partner eine nachvollziehbare Erklärung dafür. Dadurch kann er oft besser damit umgehen.

«Ähnliche Probleme wie bei uns gibt es in allen Beziehungen.»

Viele Paare haben uns gesagt: Ähnliche Probleme wie bei uns gibt es vermutlich in allen Beziehungen. Und meine Erfahrung kann das bestätigen.



Zur Person

Prof. Dr. Guy Bodenmann hat Psychologie und Klinische Heilpädagogik an der Universität Fribourg studiert. Seit 2008 ist er ordentlicher Professor für Klinische Psychologie an der Universität Zürich. Er hat über 300 peer-reviewed Fachzeitschriftenartikel mitverfasst, 22 Bücher geschrieben und gehört gemäss Rankings zu den einflussreichsten Paarforschern weltweit.

Hatten Sie aus Ihrer Erfahrung mit bestimmten Problemen gerechnet, die zu Ihrem Erstaunen kaum vorkamen?

Ja. Bei Paaren ohne Behinderung begegnen wir oft übersteigerten Erwartungen: Die Beziehung soll perfekt sein, ich will von meinem Partner alles bekommen, was ich im Leben brauche. Eine Partnerschaft kann das nie leisten. Bei den Selody-Paaren gab es diese Erwartungshaltung weniger. Da war beiden Partnern oft von Anfang an klar: Es gibt diese Einschränkungen, wir müssen damit leben.

Die Paare, die Sie befragt haben, sind trotz der Herausforderung einer Behinderung zusammengeblieben. Wie haben sie das geschafft?

Hier ist das Commitment, das ich am Anfang angesprochen habe, sehr wichtig. Bei einschneidenden Lebensereignissen ziehen oft beide Seiten Bilanz. War meine Partnerin vor ihrer Behinderung für mich da, hat sie in die Beziehung investiert? Dann möchte ich jetzt auch für sie da sein. Oder kam zu wenig? Dann habe ich jetzt vielleicht auch keine Lust, eine so grosse Aufgabe anzugehen. Wenn man sich entschliesst zusammenzubleiben, kann so eine Herausfor-

«Die Paare gelangen zu Ressourcen, die andere so gar nie nutzen können.»

derung noch enger zusammenschweissen. «Wir meistern das zusammen» – dieses «Wir» hat sich in unserer Studie als entscheidender Faktor herausgestellt: Wenn beide die Behinderung als gemeinsames Problem ansehen, ist es vorteilhafter, als wenn die Partnerin oder der Partner «nur» Unterstützung gibt.

Kann eine Behinderung sogar einen positiven Effekt auf die Beziehung haben, wenn diese gemeinsame Bewältigung gelingt? Ja, definitiv.

Die meisten Paare gehen mal durch stressige Zeiten und wachsen dadurch zusammen. Aber die ganze Schwere, die durch eine Behinderung entsteht, ermöglicht eine ganz andere Tiefe des Wir-Gefühls. Wenn ein Paar das übersteht, gelangt es zu Ressourcen und Kräften, die andere so gar nie nutzen können.

Und wie erreicht man das? Was raten Sie betroffenen Paaren, um in Bezug auf die Behinderung ein Wir-Gefühl zu entwickeln? Das Wichtigste ist der Austausch.

Suchen Sie gegenseitig das Gespräch. Wie war mein Tag, wie habe ich dies und jenes erlebt, was hat es mit mir gemacht – nicht plaudern, sondern wirklich in die Tiefe gehen. Wichtig ist, dass das Gegenüber richtig zuhört. Studien zeigen: Menschen tendieren dazu, schnell mit Lösungsvorschlägen zu kommen oder zu sagen, das sei doch nicht so schlimm. Das missachtet den Partner: Wäre es nicht schlimm, wäre er nicht aufgewühlt. Einer gestressten Person hilft es meistens nicht, wenn das Gegenüber ganz ruhig bleibt – sie fühlt sich unverstanden. Hilfreich ist, auf das Stresslevel «mitzugehen» und danach gemeinsam runterzufahren. Erst später kommt die praktische Unterstützung: Wenn die Emotionen beruhigt sind, kann man gemeinsam überlegen, wie man das Problem löst. Wer täglich so im Austausch ist, entwickelt Verständnis füreinander – die Voraussetzung eines Wir-Gefühls.

Interview: Nicole Weber
Foto: zVg (Bodenmann)



Sehbehinderte Angehörige – was beachten?

Fragen, fragen, fragen



Wenn Sie sehbehindert wären, möchten Sie, dass man Ihnen beim wöchentlichen Einkauf hilft? Das bedeutet nicht, dass es Ihrer Schwester auch so geht. Nehmen Sie nicht einfach an, wie sich das Gegenüber fühlt – fragen Sie. Ein Trick aus unseren Kursen, um besser zu verstehen, wie sich die Behinderung Ihres Angehörigen anfühlt: Lassen Sie ihn ganz detailliert beschreiben, was er jetzt gerade sieht und/oder wahrnimmt.

Richtig zuhören



Was der Paartherapeut Prof. Bodenmann in unserem Interview über Paare gesagt hat, gilt auch für andere Beziehungen: Wir tendieren oft

dazu, «falsch» zuzuhören. «Das ist doch nicht so schlimm» ist kein Trost, wenn jemand von seinen Problemen erzählt. Auch sofort Lösungsvorschläge zu bringen, ist wenig hilfreich. Besser: zeigen, dass man das Gegenüber versteht – und so dabei helfen, negative Emotionen zu verarbeiten.

Bedürfnisse ernst nehmen



Es klingt banal, aber geht im Alltag oft unter: Stolpert Ihre Partnerin jedes Mal über Ihre Schuhe, wenn Sie sie nicht wegräumen? Dann räumen Sie sie immer weg. Betroffene begegnen im Alltag so vielen Hindernissen, dass diese Pause zu Hause nötig ist. Besonders

wichtig: Verschieben Sie Gegenstände im Haus generell nie ohne Vorwarnung.

Geduld haben und ausprobieren lassen



Beschneiden Sie nicht vor lauter guten Absichten die Autonomie Ihres Liebsten. Sorgen Sie sich, dass etwas schiefgeht? Sind Sie in Eile? Bemühen Sie sich, trotzdem nicht alles für ihn oder sie zu übernehmen! Es ist wichtig, loszulassen, Unvollkommenheit zu erlauben und so Fortschritte zu ermöglichen.

Unterstützung ist manchmal nur punktuell nötig



Gehen Sie nicht selbstverständlich davon aus, dass die betroffene Person Sie ständig braucht. Eine Sehbehinderung bedeutet intensive Bedürfnisse; aber oft nur für einen kurzen Zeitraum. Man weiss nicht, wo die Toilette im Restaurant ist – aber wenn es einmal erklärt wurde, ist es für den Rest des Restaurant-

besuchs okay. Akzeptieren Sie auch, wenn Ihre Hilfe nicht mehr nötig ist.

Mit Profis in den Dialog treten



Hilfsmittel und Unterstützungsangebote werden ständig verbessert. Insbesondere der technische Fortschritt eröffnet viele neue Möglichkeiten. Informieren Sie sich bei Fachpersonen über Hilfsmittel und ihre Verwendung, um die Entwicklung der (digitalen) Autonomie begleiten und daran teilhaben zu können.

Auch an sich selbst denken



Eine Sehbehinderung verteilt die Rollen in jeder Beziehung mit lieben Menschen neu. Um eine Co-Abhängigkeit zu vermeiden, müssen Angehörige darauf achten, sich selbst nicht zu vergessen – und damit dem Partner das Geschenk des Vertrauens und der Autonomie zu machen.

Text: Hervé Richoz und Nicole Weber

Die Mode im Kopf, die Gemeinschaft im Herzen

Seit die Sehbehinderung ihr Leben auf den Kopf gestellt hat, lernte die ambitionierte Modedesignerin Silvana Vanni Giangrande unser BBZ mehr und mehr schätzen. Porträt einer toskanischen Ästhetin.

Es ist Freitag. Auf Staffeleien in einer Ecke der Töpferwerkstatt des Bildungs- und Begegnungszentrums (BBZ) Lausanne entstehen Gemälde in schillernden Farben. Die Nase dicht an der Leinwand, verleihen fünf Teilnehmerinnen hochkonzentriert ihrem persönlichen Universum Ausdruck, wohlwollend angeleitet von Silvana Vanni Giangrande. Silvana weiss: «Viele glauben, wer nicht mehr sehen kann, sei zu gar nichts mehr gut.» Deswegen schätzt sie das BBZ sehr. «Hier bin ich willkommen und werde angenommen; das ist wie eine Familie.» Und Familie ist das Ein und Alles für die Italienerin mit dem grossen Herzen und dem star-

ken Willen, den sie in den Kriegsjahren erworben hat. Mit ihren über 80 Jahren verkörpert Silvana die Grundtugenden der Selbsthilfe und des Teilens. Doch kommen wir auf ihre künstlerische Ader zurück.

Der Schicksalsschlag und der Weg zur Pionierin

Das Schicksal meinte es ab 1997 nicht gut mit der Modeschöpferin und Zeichnerin: Durch eine Krankheit verlor Silvana abrupt ihre Sehkraft, und eine Reise ins Ungewisse begann. Andere sehbehinderte Menschen erzählten ihr damals vom SBV. Die Aussicht auf ein Verbandsleben



Foto oben: Dank dem BBZ Lausanne kam die Farbe zurück in Silvanas Leben.

begeisterte sie zwar nicht sehr, dafür umso mehr die Idee, in der Rue Mauborget in Lausanne ein Atelier aufzubauen – aus dem später das BBZ wurde.

Wegen ihrer Vorbehalte gegenüber dem Verbandsleben im SBV war Silvana anfangs nur unregelmässig mit von der Partie. Sie kochte den Atelierbesucher:innen himmlische Lasagne und kam sporadisch zum Malen vorbei. Mit der Zeit leitete sie selbst Kurse, hatte Ideen für neue Dienstleistungen – und trat, als es nötig war, energisch für den Erhalt des BBZ in Lausanne ein. War sie doch seit jeher eine Kämpferin mit Energie für zwei!

«Das BBZ ist wie eine Familie.»

Talent und Familie

Als ältester Spross einer kinderreichen Familie wuchs Silvana in den Trümmern des Zweiten Weltkriegs auf. Ihre Mutter war nach den Kriegsjahren eine gebrochene Frau, sodass die Tochter früh viele Haushaltspflichten übernahm. Ihr Vater begleitete sie liebevoll; er arbeitete als Schreiner, bemalte Wagenräder mit leuchtenden Farben und brachte ihr bei, solides Handwerk zu schätzen.



Foto oben: Wohlwollend leitet Silvana andere Frauen beim Malen an.

Nach ihrer Rückkehr aus dem Exil in die Hügel um das mittelalterliche Arezzo entdeckte die damals sechsjährige Enkelin eines Schuhmachers die Singer-Nähmaschine, die ihr Grossvater Angelo in der Asche eines Brotbackofens vor den Deutschen versteckt hatte. Grossmutter Palma, selbst Näherin, freute sich über Silvanas frühes Interesse für die Nähkunst. «Meine Grossmutter hat alle meine Werte geprägt», erzählt Silvana.

Mode über alles

Ab dem zehnten Lebensjahr erlernte Silvana neben ihren Pflichten im Haushalt das Schneiderhandwerk. Trotzdem musste sie ihren Traum von einem eigenen Modeatelier im Haus ihrer Schwiegereltern mit 20 Jahren begraben – weil ihre Schwiegereltern das Haus durch eine neue Gesetzgebung verloren. Diese ersten Misserfolge lehrten Silvana eine lebenslange Lektion: «Alles hat seinen Sinn. Aus Widerständen und Fehlern lernt man, wie man es richtig macht!» Was tat sie also? Sie zog nach Lausanne und arbeitete bei einer mürrischen ortsansässigen Schneiderin.

Die Kundinnen waren von ihren Modellen begeistert und bekräftigten, was ihr längst klar war: Es war Zeit, neue Wege einzuschlagen.

Auf einer Parkbank in der Rue Georgette führte der Zufall schliesslich wenige Jahre später zwei Seelen in Not zusammen: eine 90-Jährige, die eine Nachfolgerin für ihr Atelier suchte, und unsere modebewusste junge Italienerin. Silvana bekam endlich ihr «Atelier Silvana Vanni», in dem sie bald die Damen der besten Gesellschaft einkleidete und das zu einer der ersten Anlaufstellen für noble Brautmode wurde.

Nie stehenbleiben

Trotz dieser Erfolge lehnte sich Silvana nicht zurück, sondern hatte bald neue Geschäftsideen. Schon länger unterrichtete sie an einer Modeschule; mit über 50 Jahren gründete sie nun kurzerhand ihre eigene Schule «Mode & Style». Sie führte die Schule mit Erfolg, bis die schicksalhafte Diagnose ihr Leben auf den Kopf stellte – und acht Jahre später dank dem BBZ die Farben in ihr Leben zurückkehrten.

BBZ und Kreativgruppen

Überall in der Schweiz stehen die Bildungs- und Begegnungszentren und die Kreativgruppen des SBV jeder Person mit Sehbehinderung offen. In Lausanne umfasst das Angebot aktives Zuhören, Töpfern, Holzarbeiten und Werken mit unterschiedlichen Materialien.

Heute hat Silvana ihr Schicksal akzeptiert und einmal mehr das Beste daraus gemacht: «Dank allen schweren Prüfungen von Körper, Herz und Kopf habe ich gelernt, die Vorzüge zu sehen, die in jedem Menschen stecken.» Und so nutzt sie ihre neuen Möglichkeiten, anderen Frauen zu helfen, die einen ähnlichen Weg einschlagen möchten wie sie. Gerade schliesst Silvana die Ausbildung einer jungen Modezeichnerin ab, die grossen Wert darauf legte, bei ihr in die Lehre zu gehen.

Text: Hervé Richoz
Fotos: Jean-Marie Brulhart



Barrierefreie Haushaltsgeräte – die IV übernimmt Kosten bei Gerätetausch

Bei der Wohnungssuche begegnen Menschen mit Sehbehinderung grossen Herausforderungen: Nicht barrierefreie Haushaltsgeräte gehören oft zur Grundausstattung einer Wohnung. Diese Problematik sind Vertreter:innen des SBV in den letzten Monaten gemeinsam mit dem Schweizerischen Blindenbund und SZBLIND angegangen.

Im Austausch mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) haben unsere drei Verbände nach Lösungen gesucht – und sie nun gefunden: Geräte, die in einer Wohnung ausgetauscht werden müssen, werden durch die Invalidenversicherung finanziert! Wir freuen uns sehr über diesen Erfolg.

Die neue Finanzierung ist unter Ziffer 13.01* im Kreisschreiben über die Abgabe von Hilfsmitteln durch die Invalidenversicherung (KHMI) geregelt. Bei einem Antrag ist der IV-Stelle genau zu beschreiben, welche Tätig-

keiten durch ein barrierefreies Haushaltsgerät autonom ausgeführt werden können. Voraussetzung für die Finanzierung ist, dass allfällige Anpassungen am vorhandenen Haushaltsgerät geprüft wurden, diese weder einfach noch zweckmässig umsetzbar sind und das Gerät auch mit Adaptionen nicht genutzt werden kann. Ebenso muss das Ersatzgerät einfach und zweckmässig sein, und es sind nur Geräte zu ersetzen, die regelmässig und effektiv genutzt werden.



SBV- Beratungsstellen

Wünschen Sie eine Beratung? Dann wenden Sie sich an eine der regionalen Beratungsstellen des SBV. Eine Übersicht finden Sie bei SZBLIND:

www.szblind.ch/kontakt

VöV-Karte ab 2024 ungültig: Wie kann ich ohne App oder Website ein Billett kaufen?

Wenn kein bedienter Schalter in der Nähe ist, empfiehlt die SBB Inhaber:innen einer Begleiterkarte die Billettbestellung per Telefonanruf: Wer kein Smartphone oder andere elektronische Ticketdienste ver-



Unser Experte

Olivier Maridor

Interessenvertreter
Öffentlicher Verkehr,
Steuererklärung,
Kultur und Freizeit

Generalsekretariat
Bern
[www.sbv-fsa.ch/
engagement](http://www.sbv-fsa.ch/engagement)

wenden kann oder möchte, hat die Möglichkeit, sich beim Contact Center Handicap (CCH) registrieren zu lassen. Unter der Gratistelefonnummer 0800 181 181 können Sie dann Billette bestellen und per Kreditkarte oder Monatsrechnung bezahlen. Ab voraussichtlich Mitte 2024 wird das bestellte Billett dann direkt auf dem SwissPass der Person hinterlegt. Bis dahin muss das Kontrollpersonal im ÖV beim CCH anrufen, um den Ticketkauf zu überprüfen.

Unser Tipp

Da beim Bestellen am Telefon mit Wartezeiten gerechnet werden muss, empfehlen wir, das Billett im Voraus zu bestellen – dabei dann auf die korrekte Gültigkeitsdauer achten.

Weitere Informationen
und Tipps zum Thema VöV:
www.sbv-fsa.ch/voev

Neue Kampagne des SBV: «Digitale Barrierefreiheit. Jetzt.»

Billettautomaten, Websites oder Waschmaschinen: Ohne digitale Barrierefreiheit sind blinde und sehbehinderte Menschen von vielen Dingen des Alltags und des öffentlichen Lebens ausgeschlossen. Das soll sich nun ändern. Deshalb hat der SBV eine schweizweite Sensibilisierungskampagne lanciert. Im Fokus: Politik, Wirtschaft und Entscheidungstragende.

Immer mehr Bereiche des Alltags sind ohne digitale Anwendungen kaum mehr zu bewältigen. Trotzdem fehlt nach wie vor das Bewusstsein dafür, wie wichtig und dringend nötig digitale Barrierefreiheit ist.

Zahlreiche Aktionen on- und offline

Das muss sich ändern! Darum hat der SBV diesen Herbst eine nationale Sensibilisierungskampagne lanciert. Unter dem Slogan «Digitale Barrierefreiheit. Jetzt.» macht die Kampagne auf bestehende Missstände und auf die Chancen

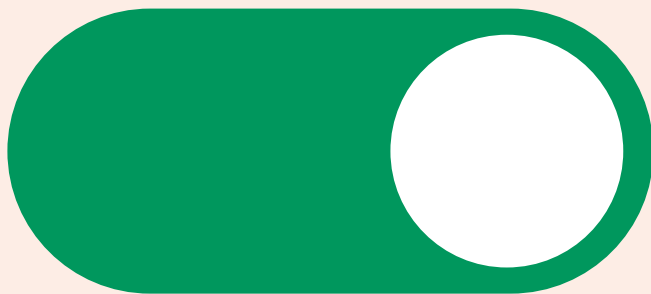
der Digitalisierung aufmerksam. Unser Ziel: die Gesamtbevölkerung sowie Verantwortliche aus Politik und Wirtschaft für die Bedeutung der digitalen Barrierefreiheit zu sensibilisieren und Lösungsansätze aufzuzeigen.

Um das zu erreichen, ziehen wir viele Register: Wir sprechen Verantwortliche direkt an, haben eine breit angelegte Social-Media-Kampagne für die Bevölkerung gestartet, stellen Materialien wie Clips und Plakate zur Verfügung, haben eine Kampagnenplattform eröffnet und planen Strassenaktionen. Gleichzeitig können Betroffene, Entscheidungstragende, Unternehmen und Privatpersonen selbst aktiv werden: über Umfragen, Round Tables, im Dialog und beim schweizweit ersten «Digital Inclusion Hackathon».

Unterstützen Sie uns!


Mehr Informationen und sämtliche Materialien und Links

Für dich nur einen Klick entfernt?



Für viele bereits eine grosse Hürde.

 **Digitale
Barrierefreiheit.**
 **Jetzt.**

 **SBV FSA**
Schweizerischer Blinden-
und Sehbehindertenverband
Fédération suisse des
aveugles et malvoyants

Informationen und Mitmach-Möglichkeiten
zur Sensibilisierungskampagne
Digitale Barrierefreiheit. Jetzt. des SBV:
www.barrierefreiheit-jetzt.ch

Bildquelle: SBV (Kampagnenforum)

finden Sie auf der Kampagnenplattform. Wir freuen uns, wenn zahlreiche Engagierte sich auf unserer Unterstützendenliste eintragen, wenn Sie die Informationen auf Ihren eigenen Websites aufschalten und die Social-Media-Inhalte teilen. Über unsere Kampagnenkanäle

halten wir Sie über die weiteren Aktionen und Mitmachmöglichkeiten bei der Kampagne auf dem Laufenden.

Kampagnen-Website «Digitale Barrierefreiheit. Jetzt.»
www.barrierefreiheit-jetzt.ch



stiftung AccessAbility gemeinnützige stiftung für sehbehinderte und blinde

Wenn das Leben mit einer Sehbehinderung sowieso nicht einfacher wird, dann sollen einfach zu bedienende Hilfsmittel den Alltag erleichtern.

Der Innovative Hilfsmittelproduzent Humanware entwickelt bereits seit Jahren Lesegeräte, bei denen die einfache Bedienung zu einem der wichtigsten Merkmale gehört.

Mit wenigen und einfach zu findenden Tasten passen Sie Texte und Bilder an Ihr Sehvermögen an. Anwender, die berührungsempfindliche Bildschirme bevorzugen, können bei den grösseren Lesegeräten die gewünschten Funktionen über Touchscreengesten aktivieren.

Exploré 5

Das kleinste Lesegerät von Humanware unterstützt Sie überall dort, wo Sie ein Lesegerät brauchen. Entweder aufgeklappt direkt auf der Vorlage oder im Einsatz mit dem praktischen Handgriff wie bei einer herkömmlichen Handlupe.



Exploré 8

Sie möchten ein Lesegerät in Tabletform? Der etwas grössere Bildschirm bietet mehr Inhalt, was Sie bei höheren Vergrößerungseinstellungen unterstützt und Ihnen zu mehr Übersicht verhilft.



Exploré 12

Die grössere Version von Exploré 8, welche mit dem 12 Zoll Bildschirm maximale Grösse bei weniger als 1.2 kg Gewicht bietet kann mit einem praktischen Ständer kombiniert eingesetzt werden. Handschriftliche Notizen können somit leicht getätigt werden.



Reveal 16 / 16i

Wenn Ihr Lesegerät nicht portabel sein muss, dann kommt ein Reveal 16 in Frage. Konsequenterweise einfach in der Bedienung passen Sie Ihre Darstellung in der für Sie geeigneten Grösse und Kontrast an. Optional kann das Gerät als Reveal 16i mit einem bremsbaren Kreuztisch und Sprachausgabe zum Vorlesen von gedruckten Texten ergänzt werden.



Sie stehen als Betroffene, als Betroffener für uns im Zentrum.

Wir sind Ihre herstellerunabhängige Beratungsstelle für EDV- und elektronische Hilfsmittel und testen für Sie Produkte der Zukunft.

www.accessability.ch info@accessability.ch

Testen Sie die Zukunft schon heute in einer Ihrer Beratungsstellen oder Filialen der Stiftung AccessAbility:

Luzern	Fon 041 552 14 52
St. Gallen	Fon 071 552 14 52
Bern	Fon 031 552 14 52
Neuchâtel	Fon 032 552 14 52
Zürich	Fon 044 552 44 52

Kreativgruppen – offene Plätze!

Adventskränze binden oder Weihnachtsgeschenke töpfen – in der kalten Jahreszeit haben unsere Kreativgruppen besonders viel zu bieten. Hier finden Sie Unterhaltung und Geselligkeit. Ob Sie sich neue Kenntnisse aneignen oder ein lang gepflegtes Hobby verfeinern wollen – gestalten Sie die Treffen so, wie es Ihnen zusagt.

Arbeiten nach Ihren Wünschen und Möglichkeiten

Rund 40 Kreativgruppen des SBV treffen sich in der ganzen Schweiz wöchentlich oder alle zwei Wochen. Gemeinsam mit qualifizierten Kursleitenden probieren die Mitglieder neue handwerkliche Techniken und Hilfsmittel aus und tauschen sich aus. Freude und Erfolgserlebnisse sind garantiert – und auch der soziale Aspekt kommt nicht zu kurz. Die Arbeiten wählen Sie nach Ihren Möglichkeiten und Wünschen aus, wir unterstützen Sie da, wo Sie möchten.

Kreativgruppen

Sämtliche Kreativgruppen und weitere Informationen finden Sie unter www.sbv-fsa.ch/kreativgruppen

Oder Sie melden sich persönlich bei uns: 031 390 88 00
kreativgruppen@sbv-fsa.ch

Jederzeit unverbindlich reinschnuppern!

Die Kreativgruppen stehen allen Menschen mit Sehbehinderung offen. Aktuell sind in vielen Gruppen Plätze frei. Interessiert? Dann melden Sie sich für einen unverbindlichen, kostenlosen Schnuppernachmittag an! Wenn Sie sich zur regelmässigen Teilnahme entschliessen, belaufen sich die Kosten jährlich auf CHF 100.– (exkl. Materialkosten); Teilnehmende mit Ergänzungsleistungen zahlen gar keinen Kursbeitrag.



stiftung AccessAbility

gemeinnützige stiftung für
sehbehinderte und blinde

Activator

Die smarte Braillezeile



Der Activator ist eine komplette Neuentwicklung von HelpTech. Bewährtes, wie die konkaven Braillemodule und Erkennung der Leseposition in Echtzeit (ATC-Technologie) werden mit neuen Ideen kombiniert. Die Klapp tastatur ermöglicht die Punktschrift- und Texteingabe in Schwarzschrift. Trotzdem ist das Gehäuse nur 1.8cm hoch. Der Activator verfügt neu auch über eine integrierte Voll- und Kurzschrift Übersetzung (RTFC Braille-Konverter).

Dank Smartdock kann das iPhone verbunden werden und der Activator wird zur mobilen Arbeitslösung und ermöglicht die Steuerung auf dem iPhone vieler Apps wie Word, Email, Internet und HelpTech+ mit vielen Funktionen wie z.B. Braillemonitor und Spracherkennung, welche die Kommunikation mit taubblinden Anwendern ermöglicht.

Testen Sie den Activator in einer der Filialen der Stiftung AccessAbility:

Luzern	041 552 14 52
St. Gallen	071 552 14 52
Bern	031 552 14 52
Neuchâtel	032 552 14 52
Zürich	044 552 44 52

www.accessability.ch
info@accessability.ch

Ein Produkt von:



Der SZBLIND ist neu Ausrüster der Sportart «Showdown»

Neu erhältlich im SZBLIND-Shop:

- Handschuh in verschiedenen Grössen
- Sportdunkelbrille
- Ersatzschaumstoff für Sportdunkelbrille

Bestellung unter 062 888 28 70
oder per E-Mail: hilfsmittel@szblind.ch.



SZBLIND

Schweizerischer Zentralverein
für das Blindenwesen



Die Freuden des Winters sind zugänglich

Am Start einer Piste zu stehen und sich in die Abfahrt fallenzulassen, ist ein intensives Vergnügen; sanft in die gedämpften Geräusche des Pulverschnees einzutauchen, der den Wald bedeckt, ist eine regenerierende Erfahrung. Wenn Sie Ihre Gefühle mit Ihren Begleiter:innen teilen, können Sie unvergessliche Momente der Geselligkeit erleben. Alpinski, Langlauf, Schneeschuhwandern, Skitouren, Wandern – die Wintersaison bietet Wohltaten für Körper und Seele.

Ein vielfältiges Angebot

Arosa, Lenk, Frutigen, Château-d'Oex – von Dezember bis März bietet Ihnen der SBV tolle Erlebnisse, die Sie im Kurs-

programm entdecken können. Die CAB bietet «fit und gesund durch den Winter» an, PluSport nimmt die Motiviertesten in Fellen mit auf den Gipfel. Die Jüngsten werden mit Blindspot intensive Pistenmomente erleben. Und für individuelle Ausflüge finden Privatpersonen ausgebildete Guides in verschiedenen Skischulen.

Foto: unsplash

Alle Daten sowie unser gesamtes Kursprogramm finden Sie online:

www.sbv-fsa.ch/kurse



Neujahrsvorsätze – so halten sie

Abnehmen, weniger Alkohol trinken – gute Neujahrsvorsätze sind schnell gefasst. Und oft schon im Februar wieder vergessen. Was tun, damit es dieses Jahr klappt?

Konkrete Ziele setzen

Eine der wichtigsten Regeln aus der Psychologie lautet: Formulieren Sie Ihre Vorsätze konkret und messbar. Also nicht: «Ich möchte 2024 auf meine Ernährung achten und abnehmen.» Besser: «Ich möchte bis zum März 2024 vier Kilo abnehmen. Dazu verzichte ich ab jetzt auf das Dessert nach dem Mittagessen.»

Gut sei auch, nicht einfach zu verzichten, sondern das ungewollte Verhalten durch ein besseres zu ersetzen. In unserem Beispiel könnten Sie sich vornehmen, sich statt des

Desserts einen Spaziergang an der frischen Luft zu gönnen.

Es wird einfacher

Trotz dieser Tricks werden Sie zu kämpfen haben: Unser Gehirn ist auf Effizienz getrimmt, daher automatisiert es häufige Handlungen. Um etwas daran zu ändern, müssen Sie sich durchbeißen. Aber gar nicht so lange! Psycholog:innen nennen einen Zeitraum von ca. drei Wochen: So lange braucht das Gehirn, um die neue Routine anzunehmen.

Geben Sie also nicht gleich auf, wenn Sie mal rückfällig werden. Schon bald wird es wie von selbst gehen – und übernächstes Jahr ist der mittägliche Spaziergang vielleicht schon unverzichtbar für Sie!

Text: Nicole Weber
Foto: unsplash



Magazin des Schweizerischen Blinden- und Sehbehindertenverbands SBV im 110. Jahrgang.

Erscheint viermal im Jahr gedruckt, in Braille, als Daisy-CD, im E-Kiosk und auf der Website sowie auf Bestellung per E-Mail (PDF oder Word ohne Fotos) und auf VoiceNet (031 390 88 88, Rubrik 2 5 1) in Deutsch und Französisch.

In SBV-Mitgliedschaft inbegriffen.
Für Nichtmitglieder: CHF 28.– (Inland), CHF 34.– (Ausland).

Herausgeber:
Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband SBV
Könizstrasse 23, Postfach
3001 Bern
www.sbv-fsa.ch

Gesamtleitung:

Marcel Leibacher

Redaktion: Hervé Richoz,
Nicole Weber. 031 390 88 00,
redaktion@sbv-fsa.ch

Übersetzungen:

Apostroph Bern AG

ISSN-Nummern:

1422-0490 (Print)

2296-2018 (Braille)

296-2026 (Audio)

Gestaltung: Pia Fleischmann

Realisation, Druck:

Ediprim AG, Biel

Lektorat: Franz Scherer

Braille-Druck: Marco Carluccio

Audio: Markus Amrein, Bern

Redaktionsschluss für die nächste reguläre Ausgabe:
Freitag, 26. Januar 2024

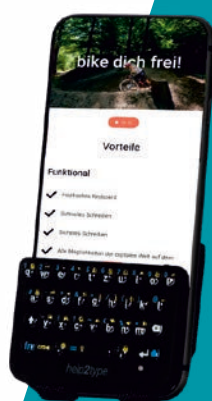


gedruckt in der
schweiz



Service-Partner

**Die weltweit
erste physische
Tastatur fürs
Smartphone!**



help2type
Tipp dich frei.

Jetzt bestellen unter:
help2type.com/bestellen





Schweizerischer Blinden-
und Sehbehindertenverband

Gemeinsam sehen wir mehr.



Foto oben: Zum Start der Inklusions-Initiative setzt das Komitee ein buntes und selbstbewusstes Zeichen.

Möchten auch Sie die Initiative unterstützen? Neue Unterschriftsbögen können Sie unter markom@sbv-fsa.ch bestellen.

Über den QR-Code gelangen Sie zur Online-Version im PDF-Format:



Ihre Spende in guten Händen.