

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 70 (1992)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Hilfsmittel - für Blinde und Sehbehinderte  
**Autor:** Glauser, Marianna  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724593>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 09.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Hilfsmittel – für Blinde und Sehbehinderte



Technischer Fortschritt auch bei den Hilfsmitteln: Vierzigfache Vergrösserungen sind bei diesem Bildschirm-Lesegerät möglich.

**A**ltere Menschen nehmen eine Sehbehinderung oft als gegeben hin und finden sich damit ab. Zwar können eine Beratung bei einer Fachstelle und entsprechende Hilfsmittel das Augenlicht nicht verbessern, aber vieles erleichtern und die Selbständigkeit fördern. Das zeigte ein Besuch beim Schweizerischen Blindenbund in Zürich.

## Beratungsstellen des Schweiz. Blindenbundes

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| Aarau        | Telefon 064/ 22 44 77 |
| Basel        | 061/ 35 33 43         |
| Bern         | 031/ 25 11 53         |
| Schaffhausen | 053/ 25 30 35         |
| Winterthur   | 052/212 92 29         |
| Zürich       | 01/ 291 02 03         |

Bei einer Beratungs- und Rehabilitationsstelle des Schweizerischen Blindenbundes (eine der zwei Selbsthilfeorganisationen für Sehbehinderte) wird man nicht nur kostenlos beraten oder kann gewisse Fertigkeiten üben (z.B. Stocktraining), sondern wird wenn nötig auch zu Hause besucht.

«Oft ist jemandem schon mit einer optimalen Ausleuchtung der Räume geholfen», meint Nea Tall, Sozialarbeiterin der Beratungsstelle. «Damit die Beleuchtung stimmt, muss die Beraterin die Wohnung (es kann auch ein Zimmer im Altersheim sein) oder den Arbeitsplatz der betroffenen Person kennen.»

## Rehabilitation

«Ältere sehbehinderte Menschen nehmen unsere Dienste in der Regel weniger in Anspruch als jüngere», weiss Nea Tall aus Erfahrung. «Sie finden sich eher mit der Sehbehinderung ab und isolieren sich. Weil sie sich immer unsicherer fühlen, wagen sie sich schliesslich nicht mehr auf die Strasse oder vernachlässigen den Haushalt und kochen kaum noch. Das muss nicht sein, auch die Situation älterer Menschen lässt sich verbessern.» Hier bietet die Rehabilitationsstelle Hilfen an. Die betroffene Person soll sich in ihrer Umgebung wieder besser zurechtfinden und lernen, sich selbstständig drinnen oder draussen zu bewegen.

Ein weisser Stock gibt allein durch seine Signalwirkung mehr Sicherheit. Aber er bringt noch mehr, wenn man den passenden auswählt und damit umzugehen weiss. Ein Stocktraining wird auf die Bedürfnisse der Betroffenen abgestimmt und dauert im Durchschnitt ungefähr 50 Stunden. Hier lernt eine sehbehinderte Person wieder normal gehen, Treppen steigen, aber auch Körperschutztechnik, Sinnesschulung und Wegtraining (z.B. der Gang zur Bäckerei).

«Wenn ich blind wäre, könnte ich mich in den eigenen vier Wänden zurechtfinden.» Diese Aussage mag zwar stimmen, doch das braucht viel Übung und verlangt, dass die Wohnung optimal

organisiert ist. Jedes Ding gehört an seinen Platz und muss immer wieder dorthin zurückgestellt werden. Kleider und Wäschestücke müssen ange- schrieben werden, denn es ist nicht jedermann's Sache, mit verschiedenen farbenen Socken herumzu laufen. Jede Handreichung oder jeder Arbeitsgang muss systematisch ausgeführt werden, so gelingt es blinden oder sehbehinderten Menschen, zu putzen oder zu bügeln. Auch für die Küche gibt es verschiedene Hilfsmittel, vom Messbecher mit er tastbaren Zahlen bis zur sprechenden Waage. Diese Geräte können auch in Warenhäusern oder im Haushaltladen gekauft werden. Natürlich wird Freizeit und Musse nicht vergessen: Auch Spiele gehören zum Angebot.

### Optische Hilfsmittel

«Der Bescheid des Augenarztes, dass medizinisch nichts mehr zu machen sei, entmutigt viele ältere Leute, dabei könnte man in den meisten Fällen mit

optischen Hilfsmitteln noch einiges verbessern», meint die Optikerin und Orthoptistin Doris Jäger. Auf ihrem Tisch liegt ein ganzes Arsenal von Lupen (z.T. mit Beleuchtung), Lupenbrillen, Monokulare, mit denen auch sehschwache Personen wieder lesen oder handarbeiten können. Doch der Umgang mit diesen Geräten braucht eine gewisse Übung. Ausserdem gibt es auch Bildschirm-Lese geräte, die Buchstaben um ein 40faches vergrössern können. Diese Hilfsmittel können ein Budget arg belasten. Sehbehinderte Personen im AHV-Al ter erhalten von der AHV für Hilfsmittel bis zu 75 Prozent der Kosten, jedoch maximal Fr. 1600.– zurückerstattet.

Die Beratungsstellen informieren nicht nur über Hilfsmittel und deren Finanzierung sowie Rehabili tationsmöglichkeiten, sondern organisieren auch die verschiedensten Anlässe, Kurse, Selbsthilfe und Gesprächsgruppen.

Marianna Glauser

## Gesundes Haar mit WELEDA Haarpflege-Präparaten

Kastanien-Haarshampoo  
für kräftiges, volles Haar

Rosmarin-Shampoo  
für zartes, empfindliches Haar,  
auch als Duschgel geeignet

Haarwasser  
zur täglichen Pflege  
von Haar und Kopfhaut  
sowie als Frisierhilfe

Haaröl  
für trockenes Haar  
und Spliss (Gäbeli)



## Es gibt sie noch, die konventionellen Herren-Nachthemden und Pyjamas

aus Stoff, Jersey und Barchent,  
sogar in Übergrössen, direkt ab  
Fabrik zu günstigen Preisen!

Jakob Müller Wäschefabrik AG  
CH-9202 Gossau SG  
Tel. 071/85 28 45



### Bestellton:

Senden Sie mir kostenlos:  
Stoffkollektion + Preisliste

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse/Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_