

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 79 (2001)
Heft: 5

Artikel: Blind und voller Leben
Autor: Ingold, Verena
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723984>

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: 08.02.2026

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

Blind und voller Leben

Susanne Erb, mehrfach ausgezeichnete Behindertensportlerin in den Siebzigerjahren, ist fast blind. Heute ist das Schreiben ihre grosse Leidenschaft und ihr Lebensinhalt geworden.

VON VERENA INGOLD

Ein grauer Tag. Schwer hängen die Wolken über der Stadt Zürich. Susanne Erb ist das recht. «Ich mag zwar die Wärme auch», gesteht die blonde Siebzigerin, «aber für meine Augen ist die Sonne gar nichts. Wenn sie scheint, wage ich mich kaum auf die Strasse – sie blendet furchtbar.»

Mit sicheren Schritten zieht Susanne Erb aus, der lange weisse Stock pendelt vor ihren Füßen, sucht den Boden nach Hindernissen ab. Den Weg in die Apotheke und zur Post schafft Susanne Erb allein, notfalls wagt sie sich auch einmal in den Supermarkt: Allerdings nur für ganz bestimmte Artikel, von denen sie weiß, wo sie zu finden sind; und nur frühmorgens, wenn noch nicht viele Kunden unterwegs sind. Seit der Laden umgebaut und vergrössert wurde, ist er für sie zum Irrgarten geworden. Den wöchentlichen Einkauf kann sie nur noch in Begleitung erledigen.

Seit 25 Jahren wohnt Susanne Erb mitten im Zürcher Kreis 5. Die Nachbarschaft hat sich in diesen Jahren verändert, und nicht zum Besseren. «Aber ein Wohnungswechsel kommt für mich kaum in Frage», sagt die zähe Städterin, die seit Jahren allein lebt. «In einem Quartier, in dem ich mich nicht auskennen, könnte ich mich nie allein zurechtfinden.»

Ein kleiner Sehrest

Susanne Erb ist sehbehindert, fast blind. Fünf Prozent ihrer Sehkraft hat sie noch; das reicht gerade, um Konturen zu erkennen und hell und dunkel zu unterscheiden. «Der kleine Sehrest ist enorm wichtig für mich», sagt sie. «Und glücklicherweise habe ich auch ein gutes Ge-

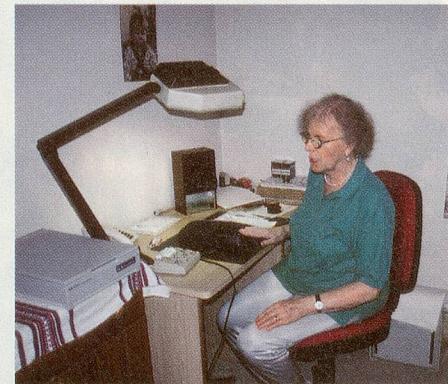
dächtnis.» Was andere aufschreiben, Telefonnummern beispielsweise, speichert sie im Kopf. In ihrer Wohnung liegt jedes Ding an seinem Platz. «Ordnung ist das halbe Leben», lacht sie. «Bei mir sind es sogar 95 Prozent.»

Auch Disziplin gehört zu ihren Prinzipien. Sie ist Frühauftreherin. Wenn sie um sieben Uhr frühstückt, hat sie schon ihr tägliches Morgenturnen hinter sich. Nach dem Frühstück macht sie ihren «Kehr» im Haus, «und so um halb neun fange ich an zu arbeiten. An der Maschine oder am Kassettengerät, je nachdem, was ich grade mache.»

Arbeiten – das heisst für Susanne Erb schreiben. Sechs Stunden im Tag gehören dieser Leidenschaft. Zwei Bücher hat sie schon veröffentlicht, unzählige Kurzromane und Krimis, ein Hörspiel wurde von Radio DRS ausgestrahlt. Die Stoffe fliessen ihr zu wie von selber: Sie interessiert sich für andere Menschen, bekommt vieles mit aus deren Leben, sie hat eine lebhafte Fantasie und schöpft aus ihrer eigenen Lebensgeschichte, der es nicht an Dramatik mangelt.

Als junge Ehefrau, schwanger mit ihrer Tochter, merkte Susanne Erb, dass mit ihren Augen etwas nicht stimmte; im Laufe der Jahre wurde es immer schlimmer. Schliesslich – das Töchterchen war vier Jahre alt – bekam sie die vernichtende Diagnose: «Sie haben eine fortschreitende Netzhauterkrankung und müssen damit rechnen, in nächster Zeit blind zu werden.»

Unterkriegen liess sich Susanne Erb allerdings nie. «Ich bin ein Stehaufmännchen», sagt sie von sich selber. Als sie der schwindenden Sehkraft wegen ihre Arbeit als Sekretärin aufgeben musste, begann sie sich im Blinden- und Sehbehindertenverband zu engagieren. Sie schrieb



Ein Vorlesegerät – vorne der Scanner – hilft Susanne Erb, die Post zu bearbeiten.

ihre ersten Artikel und kämpfte gegen die Benachteiligung von Sehbehinderten, indem sie sich selber mit Vorschlägen und Kritik an Firmen und Ämter wandte.

Vom Leistungssport zum Schreiben

Und sie trieb Sport: Leichtathletik, Schwimmen, Torball. 1979 gewann sie in Genf erstmals Gold an den Behinderten-Schweizer Meisterschaften und stellte in ihrer Lieblingsdisziplin, dem Diskuswerfen, gleichzeitig einen Weltrekord in ihrer Kategorie auf.

Auch 1980 und 1981 wurde sie Schweizer Meisterin im Diskuswerfen und im Speerwerfen; im Kugelstossen brachte sie in diesen Jahren dreimal hintereinander die Bronzemedaille nach Hause. 1981 nahm sie im deutschen Fulda an den Leichtathletik-Europameisterschaften teil.

Auch im Mannschaftssport Torball war sie erfolgreich. Als sie 1975 mit diesem Sport begann, musste sie bei den Männern mitspielen, weil es noch keine Damenmannschaft gab. 1979 gründete Susanne Erb ein Damenteam und wurde

damit 1983, 1984 und 1985 Schweizer Meisterin. Erst mit 65 Jahren zog sie sich vom aktiven Leistungssport zurück. Heute geht Susanne Erb noch einmal die Woche ins Altersturnen im Quartier, wo sie praktisch alle Kolleginnen an der Stimme erkennt.

Im Zentrum ihres Lebens steht jetzt aber vor allem das Schreiben. Zwei Bücher wurden bereits veröffentlicht. Zurzeit schreibt sie an der Geschichte eines jungen Mädchens, das fast blind auf die Welt kam. Hin und wieder hält Susanne Erb Lesungen. Ihre Geschichten kann sie dabei nicht selber vorlesen, das muss eine Helferin übernehmen; sie ist aber anwesend, um Fragen zu beantworten und den Teilnehmenden die Möglichkeit zu geben, die Autorin persönlich kennen zu lernen.

Alltagsprobleme

Susanne Erb ist auch im normalen Alltag ständig auf Hilfsmittel angewiesen. In ihrer Küche hängt eine kleine sprechende Uhr, die ihr auf Knopfdruck die Zeit angibt. Auch ihr Fiebermesser kann sprechen. Und zum Nähen benutzt sie eine Nadel mit offenem Ohr, die sie dadurch selber einfädeln kann. «Ich nähe abgefallene Knöpfe immer noch selber an», sagt sie stolz. «Allerdings lasse ich mir, wenn ich Kleider kaufe, die Knöpfe immer gleich nochmals richtig annähen, damit sie auch wirklich halten.»

Auch wenn sie alles daran setzt, selbstständig zu sein – Hilfe anzunehmen hat Susanne Erb im Laufe ihres Lebens lernen müssen. Immer wieder passiert es, dass unvorhergesehene Hindernisse auftauchen, dass sie irgendwo einfach nicht mehr alleine weiterkommt. «Die Leute sind im Allgemeinen recht hilfsbereit», stellt sie fest. «Viele sind



Unterwegs mit dem weissen Stock. Daheim und auf vertrauten Wegen kommt Susanne Erb allein zurecht.

allerdings so im Schuss, dass sie meinen weissen Stock gar nicht sehen.»

Auch in der Öffentlichkeit machen Barrieren Susanne Erb das Leben noch oft schwierig. Neuestes Beispiel ist das Ticket-System in den Postämtern, das den Kunden das Anstehen ersparen soll: Über den Schaltern leuchten Nummern auf, die bekannt geben, wer als Nächster dran kommt. Vor solchen Schranken muss Susanne Erb kapitulieren. Nicht nur weil sie unmöglich feststellen kann, wann ihre Nummer aufleuchtet – sie findet schon die Öffnung im Apparat nicht, der die Wartenummer ausspuckt. ■

Bücher von Susanne Erb:

Zwischen Licht und Dunkelheit, R.G. Fischer-Verlag (erhältlich in Buchhandlungen oder bei der Autorin);
Krimis Krimis, Bestellungen bei Susanne Erb, Röntgenstrasse 88, 8005 Zürich, Tel. 01 272 64 03.

RICHTIG HELFEN

Sehbehinderte Menschen sind für Unterstützung dankbar. Für Nichtbehinderte ist es aber oft nicht einfach zu erkennen, wann und wie ihre Hilfe gebraucht wird. Der Schweizerische Zentralverein für das Blindenwesen SZB hat eine Broschüre herausgegeben, die erklärt, in welchen Situationen Sehbehinderte und Blinde auf Hilfe angewiesen sind und wie man ihnen richtig beistehen kann. Sie heißt «Nicht so, sondern so!» und ist erhältlich beim SZB, Schützengasse 4, 9000 St. Gallen, Tel. 071 223 36 36.