

# SEIEN SIE NICHT BLIND! – UNTERSTÜTZEN SIE SEHBEHINDERTE UND BLINDE PERSONEN!

Ein ausgebildeter Tastsinn und ein gutes Gehör ermöglichen es blinden und sehbehinderten Menschen, mobil zu sein. Den weissen Stock gibt es in verschiedenen Formen, zum Beispiel als kurzen Signalstock, als Gehstock vor allem für ältere Leute oder als Langstock. Der weisse Stock zeigt an, dass eine Person sehbehindert oder blind ist und ist hilfreich für das Suchen und Auffinden von Trottoirs, Übergängen, Wegen, Treppen oder Türen. Er bietet aber auch Schutz vor Gefahren: unerwartete Baustellen, falsch parkierte Fahrzeuge und andere Hindernisse.

Sehbehinderte Personen haben grosse Mühe, Gesichter und Verkehrsampeln zu erkennen oder Strassenschilder und Fahrpläne zu lesen. Blinde Menschen können diese Orientierungshilfen überhaupt nicht wahrnehmen. Die Aufmerksamkeit und die Hinweise sehender Menschen helfen deshalb, Unfälle zu verhüten.

## Tipps: So können Sie sehbehinderte und blinde Personen unterstützen:

- An der Haltestelle: Einfahrende Tram- oder Busnummer bekanntgeben
- Beim Einsteigen: Vortritt gewähren und Türe offenhalten
- Im Tram, Bus oder Zug: Freien Sitzplatz anbieten
- Leitlinien immer frei halten
- Für Velofahrer: Fussgänger mit genügend Abstand überholen
- Beim Überqueren der Strasse sehbehinderten und blinden Personen immer Vortritt gewähren: Weisser Stock = Vortritt

Trägerschaft Aktion  
«Tag des Weissen Stockes», 15. Oktober

### **SZBLIND**

- Schweizerischer Zentralverein für das Blindenwesen SZB, St.Gallen



- Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband SBV, Bern



- Schweizerischer Blindenbund SBb, Zürich

Weitere Informationen unter:  
[www.weisserstock.ch](http://www.weisserstock.ch)

# WEISSER STOCK – UND DOCH SEHEND?

## Sehbehinderung hat viele Facetten



[WWW.WEISSERSTOCK.CH](http://WWW.WEISSERSTOCK.CH)

# WEISSER STOCK – UND DOCH SEHEND?

Schon einmal so etwas erlebt? Vorsichtig bewegt sich eine Person mit weissem Stock über den Perron, steigt in den Zug – und schlägt dort eine Zeitung auf.

[Ist sie nun blind – oder was?](#)

Zehntausende von Menschen in der Schweiz leben zwischen Sehen und Nichtsehen: Ihr Sehvermögen ist stark eingeschränkt, aber sie sind nicht blind. Sie brauchen zum Beispiel eine Sonnenbrille bei Regen oder Schnee, einen Blindenführhund – oder eben auch einen weissen Stock. Dieses traditionelle Erkennungs- und Schutzzeichen, vor 80 Jahren erfunden und eingeführt, ist für Blinde wie auch für Sehbehinderte da und unterstützt diese Personen in ihrer Mobilität und Selbstständigkeit.

Sehbehinderte Menschen haben mit eigenen Problemen zu kämpfen. Das Klischee vom «Super-Blinden» mit perfektem Hör- und Tastsinn trifft auf sie meist nicht zu. Im Gegenteil: In der Diskussion um «Sehen oder Nichtsehen» geraten sie zuweilen in den Verdacht, eine Behinderung zu simulieren.

Aber Sehbehinderung meint nicht: Alles oder gar nichts sehen! – sondern hat viele Facetten. Wie blinde sind auch sehbehinderte Menschen auf eine differenzierte Wahrnehmung und Unterstützung angewiesen. Der Tag des Weissen Stockes am 15. Oktober macht auf die verschiedenen Facetten der Sehbehinderung aufmerksam. Seien Sie nicht blind! – und achten Sie auch auf die Bedürfnisse sehbehinderter Menschen in der Schweiz.

# SEHBEHINDERUNG HAT VIELE FACETTEN

## 1 Normales Sehen

Zwischen einer guten Sehschärfe und völliger Blindheit liegt ein breites Spektrum. Eine Sehbehinderung schränkt Menschen im täglichen Leben und vor allem in ihrer Mobilität stark ein. Der weisse Stock wird daher nicht nur von blinden, sondern auch von hochgradig sehbehinderten Personen eingesetzt. Er signalisiert eine visuelle Beeinträchtigung und erlaubt eine sichere Fortbewegung. Je nach Art und Ausmass der Sehbehinderung wird der weisse Stock ständig oder nur in bestimmten Situationen benutzt.



## 2 Extreme Blendung

Viele Augenkrankheiten führen zu einer gesteigerten Blendempfindlichkeit. Fällt diese dann auch noch mit anderen Sehproblemen zusammen, sind betroffene Personen in der Mobilität im Freien stark eingeschränkt. Je nach Situation wird der weisse Stock nur zeitweise und wenn nötig eingesetzt.



## 3 Nachtblindheit

Es gibt Personen, die am Tag kaum Sehprobleme haben, aber nachts infolge einer Netzhautschädigung praktisch blind sind. Für sie ist der weisse Stock ein wertvolles Hilfsmittel, das sie jedoch nur in der Dunkelheit benötigen. Diese Situation irritiert sehende Personen manchmal.



## 4 Zentraler Ausfall des Sehens

Eine Makuladegeneration führt dazu, dass Sehinformationen im zentralen Teil des Gesichtsfeldes fehlen. Die Sehschärfe ist stark reduziert. Die Makuladegeneration tritt häufig bei älteren Menschen auf. Typisch ist die Aussage: «Immer dort, wo ich hinschauen, sehe ich nichts!» Der weisse Stock signalisiert, dass die Person sehbehindert ist und zeigt beispielsweise Verkehrsteilnehmerinnen- und teilnehmern an, dass Handzeichen von der betroffenen Person nicht erkannt werden können.



## 5 Röhrenförmig eingeschränktes Gesichtsfeld

Personen mit einem sogenannten «Röhren- oder Tunnelsehen» sehen im Zentrum des Gesichtsfeldes oft noch scharf. Das Gesichtsfeld ist aber sehr stark eingeschränkt. Meist ist dies die Folge einer Netzhautablösung (Retinitis pigmentosa, Glaukom). Das wirkt sich auf die Mobilität aus. Der weisse Stock dient als Orientierungshilfe zum Erkennen von Hindernissen. Viele Betroffene können aber trotz dieser Sehbehinderung noch lesen und Details erkennen. Das löst bei ihren Mitmenschen oft Unverständnis und ein Kopfschütteln aus.



## 6 Lichtwahrnehmung

Als blind werden auch Menschen bezeichnet, die noch etwas Licht erkennen können. Die Wahrnehmung hell / dunkel hilft ihnen etwas bei der Orientierung. Sie sind auf die Benutzung des weissen Stocks angewiesen, der ihnen die nötige Sicherheit in der Mobilität gibt.

