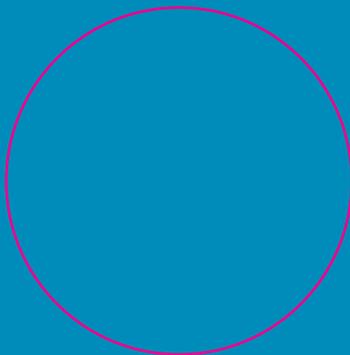


Sehbehinderung  
hat viele Facetten.



**«Nur der Schauende weiss,  
dass Sehen Blindheit sein kann.»**  
Erich Limpach



# 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 oder liest die Mails im Smartphone.

## 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 hellen Lichtverhältnissen (z.B. bei Schnee oder tiefstehender Sonne), einen Blindenführhund – oder eben auch einen weissen Stock. Dieses traditionelle Erkennungs- und Schutzzeichen, vor über 80 Jahren erfunden und eingeführt, ist für Menschen mit Blindheit oder mit Sehbehinderung da und unterstützt sie 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 Nicht-sehen» geraten sie zuweilen in den Verdacht, eine Behinderung zu simulieren.

Aber Sehbehinderung meint nicht «Gar nichts sehen» sondern hat viele Facetten. Der Film «Zwischen Sehen und Nichtsehen» des SZBLIND gibt anschauliche Beispiele des Sehens sehbehinderter Menschen ([www.szblind.ch/film](http://www.szblind.ch/film)). Wie Menschen mit Blindheit, sind auch Menschen mit Sehbehinderung auf eine differenzierte Wahrnehmung und Unterstützung angewiesen. **Seien Sie nicht blind! – und achten Sie auch auf die Bedürfnisse sehbehinderter Menschen in der Schweiz.**

# Sehbehinderung hat viele Facetten.

## 1 – Das Sehen gesunder Augen

Zwischen einer guten Sehschärfe und völliger Blindheit liegt ein breites Spektrum. Eine Sehbehinderung schränkt Menschen im täglichen Leben ein: beim Zugang zu Informationen, im Aufbau sozialer Kontakte und vor allem in ihrer Mobilität. Der weisse Stock wird daher nicht nur von blinden, sondern auch von sehbehinderten Personen eingesetzt. Er signalisiert eine visuelle Beeinträchtigung und erleichtert 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 punktuell eingesetzt.

1



2



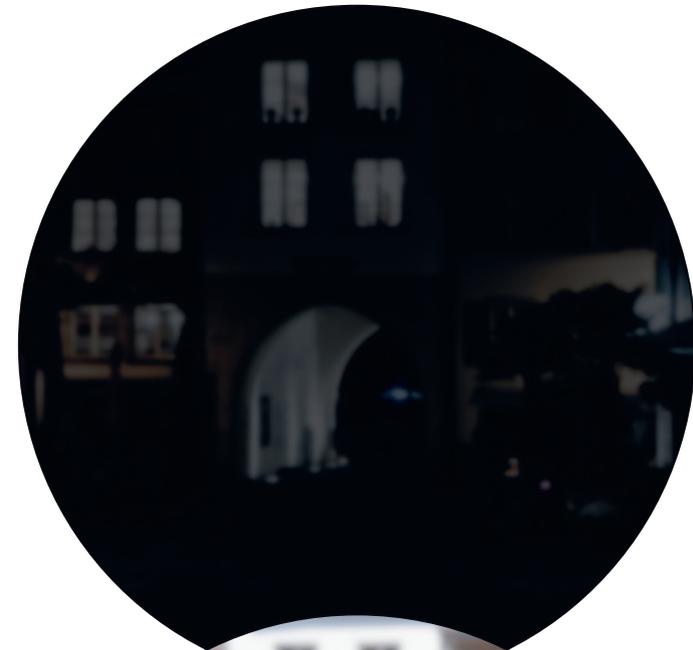
### 3 – Nachtblindheit

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 kann sehende Menschen irritieren.

### 4 – Zentraler Ausfall des Sehens

Eine Makuladegeneration führt dazu, dass Sehinformationen im zentralen Teil des Gesichtsfeldes fehlen oder nur bruchstückhaft zu erkennen sind. Die Sehschärfe ist dort stark reduziert. Die Makuladegeneration tritt häufig bei älteren Menschen auf. Typisch ist die Aussage: «Immer dort, wo ich hinschaue, 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.

3



4



### 5 – Röhrenförmig eingeschränktes Gesichtsfeld

Personen mit einem sogenannten «Röhren- oder Tunnelblick» sehen im Zentrum des Gesichtsfeldes oft noch scharf. Das Gesichtsfeld ist aber sehr stark eingeschränkt. Hierfür können unter anderem erbliche Netzhauterkrankungen (z.B. Retinopathia Pigmentosa), ein erhöhter Augen- druck (Glaucom) sowie weitere Ursachen verantwort- lich sein. Der Röhrenblick führt dazu, dass Kontextinformationen am Rand des Blickfelds fehlen. Das kann in sozialen Situationen schwierig sein und 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 Wahr- nehmung 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.

5

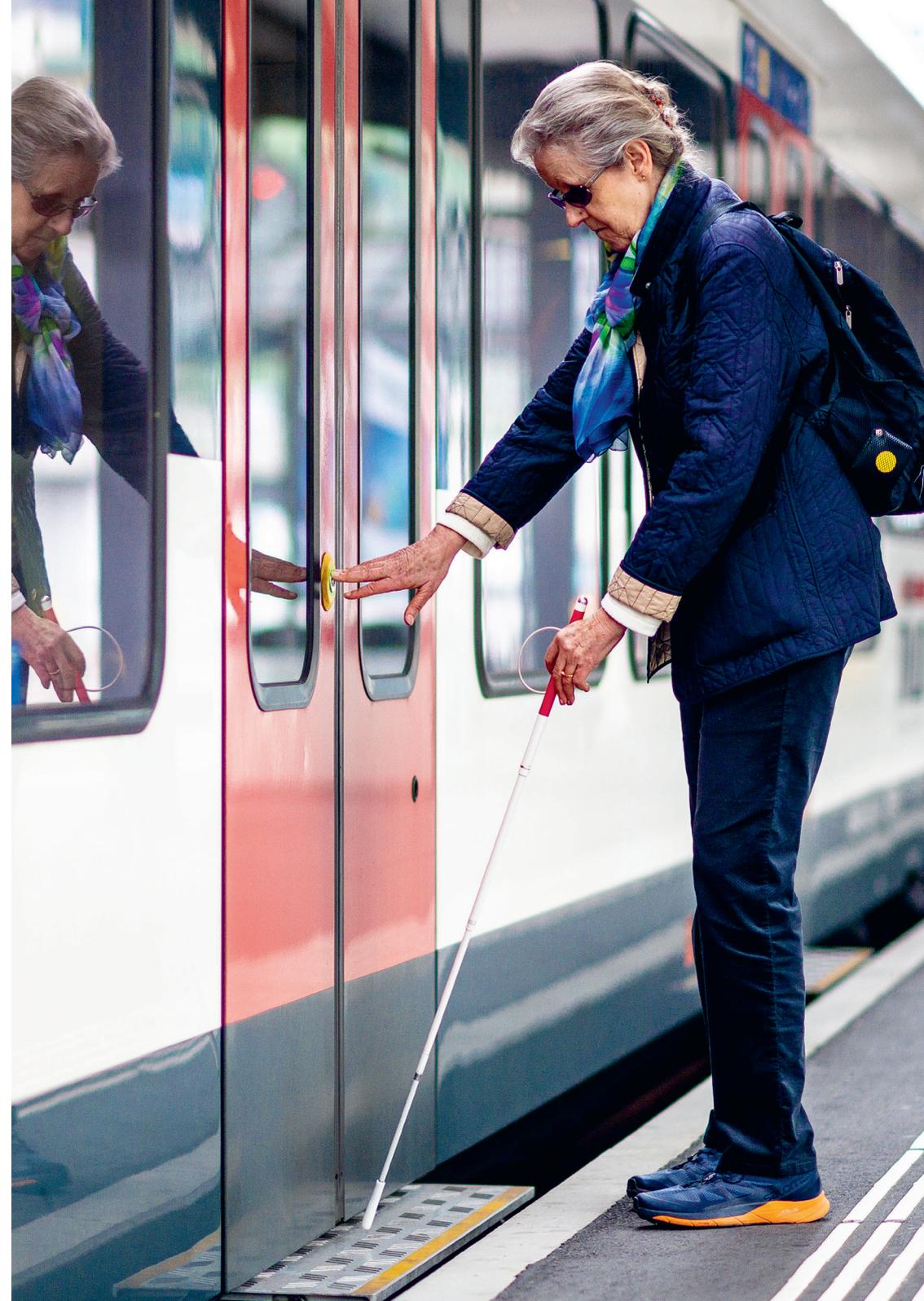


6



# Seien Sie nicht blind! Unterstützen Sie sehbehinderte und blinde Personen.

Ein ausgebildeter Orientierungs- und Tastsinn und ein gutes Gehör ermöglichen es blinden und sehbehinderten Menschen, mobil zu sein. Den weissen Stock gibt es in verschiedenen Modellen, zum Beispiel als kurzen Signalstock, als Stützstock 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, Leitlinien, 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 vermeiden.

**Tipps: So können Sie Menschen mit Sehbehinderung und Blindheit unterstützen:**

- An der Haltestelle: Nummer der einfahrenden Tram oder des Busses 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
- Für Auto- und Velofahrer: Beim Überqueren der Strasse Personen mit weissem Stock immer Vortritt gewähren. Weisser Stock = Vortritt (Art. 6 Abs. 4 VRV)



**SZBLIND**

Schweizerischer Zentralverein für  
das Blindenwesen SZBLIND, St. Gallen  
[www.szblind.ch](http://www.szblind.ch)

 **SBV FSA**

Schweizerischer Blinden- und  
Sehbehindertenverband SBV, Bern  
[www.sbv-fsa.ch](http://www.sbv-fsa.ch)

 **SBb**

Schweizerischer Blindenbund SBb,  
Zürich  
[www.blind.ch](http://www.blind.ch)