



## Blickpunkt Auge

Rat und Hilfe bei Sehverlust

Ein Angebot des BBSB e.V.

BBSB e.V. · Blickpunkt Auge · Arnulfstraße 22 · 80335 München

### An alle Mitglieder der Bezirksgruppe Oberbayern-München

**BBSB e.V.**  
**Blickpunkt Auge-Beratungsstelle**  
**Oberbayern-München**  
Arnulfstraße 22  
80335 München  
Tel.: 089 55988-111  
Fax: 089 55988-148  
muenchen@bbsb.org  
www.bbsb.org

April 2020

## Rundschreiben 2/2020

Liebe Mitglieder, Förderer und Freunde der Bezirksgruppe Oberbayern-München,

zum Redaktionsschluss dieses Rundschreibens, 19. April, ist es leider noch nicht absehbar, wann wir unsere Stammtische und regelmäßigen Veranstaltungen wieder durchführen können. Auch der Publikumsverkehr in der Beratungsstelle ist bis auf Weiteres nicht möglich. Wir bieten aber zu den üblichen Öffnungszeiten telefonische Beratung an. Auch können Sie telefonisch oder per Mail Hilfsmittel bestellen, die Sie dann auf dem Postweg erhalten. Sollte sich der Anrufbeantworter einschalten, hinterlassen Sie bitte Ihre Telefonnummer und Ihren Namen, Sie werden zurückgerufen. Hier unsere Kontaktdaten:

Blickpunkt Auge-Beratungsstelle München:

Telefon 089/55988 111

E-Mail: [muenchen@bbsb.org](mailto:muenchen@bbsb.org)

Telefonische Sprechstunden:

Montag bis Donnerstag: 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Freitag 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

An folgenden Tagen ist unsere Beratungsstelle geschlossen:

- Freitag, 22. Mai Brückentag
- Freitag, 12. Juni Brückentag
- Mittwoch, 24. Juni Betriebsversammlung


### 1. Mitgliederversammlung auf den 31. Oktober verschoben

Die Anfang Mai geplante Mitgliederversammlung haben wir aus gegebenem Anlass verschieben müssen. Sie wird nun am **Samstag, 31. Oktober** stattfinden. Im nächsten Rundschreiben informieren wir Sie über Details.

Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN DE84 7002 0500 0007 8107 00  
BIC BFSWDE33MUE

Mitglied im Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.

#### Träger

Bayerischer Blinden- und  
Sehbehindertenbund e.V.   
Arnulfstraße 22, 80335 München  
St.-Nr. 143/211/00164  
Amtsgericht München: VR 3193

## **2. 100 Jahre BBSB e. V. – Wir feiern, aber anders**

Die Ende Juni geplante Feier zum 100. Geburtstag des BBSB kann in der geplanten Form nicht stattfinden und wurde daher abgesagt. Der Landesvorstand hat am 16. April ein neues Konzept der Würdigung des Jubiläums beschlossen und schreibt dazu:

"Wir wissen heute noch nicht, ob und ggf. wie lange die Corona-Pandemie unser Leben verändern wird und wann welche Veranstaltungsformate erlaubt und sinnvoll sein werden. Wir würden gerne mit unseren Mitgliedern, Mitarbeitern, Freunden und Partnern feiern, unsere Chronik und die „Konzeption 2030“ zeitnah präsentieren und uns bei all unseren Partnern bedanken. Wir begehen deshalb unser 100-jähriges Jubiläum in mehreren Etappen und halten uns dabei Anpassungsmöglichkeiten offen. Oberstes Gebot ist derzeit der Schutz unserer Mitglieder, Mitarbeiter und Gäste. Ein Großteil der zur geplanten Jubiläumsveranstaltung im Juni 2020 geladenen Gäste waren unsere Mitglieder. Viele davon sind bereits in einem Alter, aufgrund dem wir sie auf keinen Fall einer möglichen Gefährdung durch das Corona-Virus aussetzen wollen."

Folgendes wird geplant und vorbereitet:

Eine Pressekonferenz am **22.07.2020** (100 Jahre nach Vereinseintragung) mit Präsentation der „Chronik 100 Jahre BBSB“ und der „Konzeption 2030“.

Eine Sonderausgabe der Bayernrundschau mit „100 Jahre BBSB“ im **September 2020**, besondere Aktionen für unsere Mitglieder in den lokalen Weihnachtsfeiern. Wir werden Sie in unseren Rundschreiben auf dem Laufenden halten

## **3. Tele-Vortrag zu Non-24**

Sind Sie blind ohne Lichtwahrnehmung? Fühlen Sie sich oft nicht leistungsfähig und haben Probleme, sich zu konzentrieren? Haben Sie Schwierigkeiten, nachts zu schlafen und sind tagsüber häufig sehr müde?

Non-24 ist eine regelmäßig wiederkehrende Schlaf-Wach-Rhythmusstörung, die bei völlig blinden Menschen sehr häufig auftritt. Werden Sie aktiv und stellen Sie Ihre Fragen zu Non-24! Für den Tele-Vortrag zu Non-24 können Sie sich bequem von zu Hause aus einwählen.

Wählen Sie jeweils am **Montag 04. Mai, 02. Juni oder 06. Juli** um **18:00 Uhr** einfach die kostenfreie Telefonnummer **0800 633 89 66 23** und seien Sie dabei! Ein Experte für Non-24 informiert Sie live in seinem Vortrag über die Erkrankung. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Diese Veranstaltung wird ermöglicht durch die Firma VANDA Pharmaceuticals Germany GmbH. Das Ziel ist es, neutral zu informieren, daher hält ein unabhängiger Mediziner den Vortrag. VANDA Pharmaceuticals nimmt keinen Einfluss auf den Inhalt des Vortrags und ist beim Tele-Vortrag nicht anwesend. Weder werden persönliche Daten von Teilnehmerinnen und Teilnehmern erhoben, noch wird aufgezeichnet, was im Vortrag besprochen oder gefragt wird.

Mehr Informationen erhalten Sie im Internet unter [www.dbsv.org/non-24.html](http://www.dbsv.org/non-24.html)

## **4. Tagesausflug zum Kloster Beuerberg: am 25. Juli**

Unser diesjähriger Tagesausflug führt uns zum Kloster Beuerberg, das sich hinter Wolfratshausen befindet. Abfahrt mit der **S7** um **9:53 Uhr** ab Hauptbahnhof. In Wolfratshausen wechseln wir in einen Bus um direkt zum Kloster zu gelangen. Es ist folgender Ablauf geplant:

**11:30-13:00 Uhr** Klosterführung mit Klostergarten

**13:00-14:30 Uhr** Mittagspause in der nahegelegenen Gaststätte, auf eigene Kosten. Es wird für alle das gleiche Essen geben, so wie früher im Kloster üblich, auf großen Platten serviert.

**14:30-16:00 Uhr** Der Klosterbäcker würde mit uns Brezen backen. Alle Teilnehmer erhalten am Ende dann die selbst gebackene Breze. Während der Backzeit wechseln wir zu einem Parfümherstellungsworkshop.  
Geplante Rückkehr gegen **18.30 Uhr**.

Es gilt wie immer, wir können keine Begleitpersonen stellen. Blindenhunde können mitgeführt werden, dürfen aber nicht in die Backstube. Die Teilnehmerzahl ist auf **15 Personen** begrenzt. Für den Fall, dass wir den Julitermin absagen müssen oder dass sich deutlich mehr Personen dafür anmelden, würden wir eine Wiederholung des Ausflugs für den **19. September** mit dem gleichen Programm anbieten.

Es entstehen für sie ca. Kosten von **25,00 Euro** für Essen und eine kleine Spende für die Materialien. Das Geld ist bitte zum Termin mit zu bringen.

Anmeldeschluss: **10. Juli** in der Beratungsstelle. Bei einer Absage werden sie rechtzeitig informiert. Die derzeitige Situation ist auch der Grund, weshalb wir nur einen Ausflug anbieten, der mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar ist. Der derzeitige Programmablauf kann sich noch geringfügig ändern, da zum jetzigen Zeitpunkt keine genauen Absprachen getroffen werden können. Aber sie können sicher sein, dass das Angebot trotzdem interessant sein wird.

## **5. Blickpunkt Auge - BPA**

Sicher ist es Ihnen schon beim Telefonieren mit der Beratungsstelle oder beim Schriftverkehr mit uns aufgefallen: Blickpunkt Auge oder kurz BPA statt Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund Sie haben sich nicht verwählt. Blickpunkt Auge ist seit 2014 ein Beratungsangebot des Bayerischen Blinden- und Sehbehinderten Bund e. V., BBSB. Wir haben in den letzten Jahren die Erfahrung gemacht, dass sich Menschen – direkt oder indirekt betroffen – leichter hilfeschend an uns wenden, wenn der Begriff blind oder sehbehindert nicht im Vordergrund steht. Gleichwohl sind wir durch unsere eigene Erfahrung als Betroffene in der Lage, Hilfesuchende kompetent zu beraten und zu unterstützen. An unserem satzungsgemäßen Zweck, der Sie bewogen hat, unserem Verein beigetreten zu sein, hat sich durch dieses Beratungsangebot und dem Namenszusatz keine Angebotsreduzierung ergeben - ganz im Gegenteil, wir haben viele haupt- und ehrenamtliche Berater weiter qualifiziert. Dieses Wissen kommt Ihnen als langjähriges und junges Mitglied des BBSB in vielen Begegnungen mit uns zu Gute. Machen Sie sich vertraut mit dem neuen Briefkopf dieses Rundschreibens und wenn Sie dazu Fragen haben, kommen Sie gerne auf uns zu. Vielen Dank für Ihr Verständnis und bleiben Sie uns und damit der Selbsthilfe blinder und sehbehinderter Menschen auch zukünftig treu.

## **6. Rundschreiben per E-Mail**

Der Versand des Rundschreibens per E-Mail spart hohe Portokosten! Wenn Sie unsere Rundschreiben künftig in elektronischer Form erhalten wollen, senden Sie eine kurze Nachricht mit dem Betreff: „Rundschreiben per E-Mail“ an: [muenchen@bbsb.org](mailto:muenchen@bbsb.org) mit Angabe Ihrer E-Mail-Adresse, sowie Vor- und

Nachnamen.

Für die Mitglieder unserer Bezirksgruppe haben wir zudem einen E-Mail-Verteiler. Über diesen Verteiler informieren wir über Termine und Veranstaltungen, die kurzfristig bei uns angeboten werden und daher nicht im Rundschreiben veröffentlicht wurden. Wenn Sie in den Verteiler mit aufgenommen werden wollen, senden Sie eine kurze Nachricht mit dem Betreff: „BG-Verteiler“ an: [muenchen@bbsb.org](mailto:muenchen@bbsb.org) mit Angabe Ihrer E-Mail-Adresse, sowie Vor- und Nachnamen.

## **7. Weitere Informationsquellen für blinde- und sehbehinderte Menschen**

- Das Info-Telefon der Beratungsstelle ist rund um die Uhr erreichbar und informiert über aktuelle Termine. Wählen Sie zur Abfrage **089/55988 112**. Es gilt das für den benutzten Anschluss vereinbarte Verbindungsentgelt ohne Aufschlag.

- Newsletter des BBSB: per Mail und Telefon

Der Newsletter BBSB-Inform informiert Sie von Montag bis Freitag über aktuelle Informationen aus dem Blinden- und Sehbehindertenwesen. Wenn Sie sich zum bbsb-inform-Newsletter anmelden möchten, schicken Sie eine leere E-Mail an [bbsb-inform-subscribe@lists.bbsb.org](mailto:bbsb-inform-subscribe@lists.bbsb.org)

BBSB-Inform wird Ihnen, wann immer Sie das wollen, am Telefon vorgelesen. Wählen Sie: **0871 7000 14000**. Es gilt das für den benutzten Anschluss vereinbarte Verbindungsentgelt ohne Aufschlag.

- BIT-Teleservice - Videotext der ARD, ZDF und Bayerntext über Telefon

Wählen Sie **089 14377399**, dann werden Ihnen der Videotext von ARD, ZDF und der Bayerntext vorgelesen. Es gilt das für den benutzten Anschluss vereinbarte Verbindungsentgelt ohne Aufschlag.

Lesen Sie auf den folgenden Seiten noch ein paar nützliche Erläuterungen zum Verhalten unseres Personenkreises in der derzeitigen Corona-Krise. Wir hoffen, dass Sie möglichst unbeschadet die Pandemie überstehen. Halten Sie telefonischen Kontakt zu Freunden und Bekannten. Rufen Sie für Beratung, Information und Hilfe auch gerne in der Beratungsstelle an. Wir wünschen Ihnen alles Gute und bleiben bzw. werden Sie gesund!

gez.  
Stefanie Freitag  
Bezirksgruppenleiterin

gez.  
Gregor Cordes  
stellv. Bezirksgruppenleiter

## **8. Corona - richtig Führen**

zu Personen, mit denen man nicht zusammenlebt, sollte man einen Abstand von zwei Metern halten - das ist die zentrale Regel, um eine Corona-Infektion zu verhindern. Es ist klar, dass diese Regel verletzt wird, wenn man sich von einem anderen Menschen führen lässt. Blinde und sehbehinderte Menschen müssen also abwägen: Auf der einen Seite die sichere, schnelle und unfallfreie Fortbewegung, auf der anderen Seite die Vermeidung eines Ansteckungsrisikos.

Grundsätzlich sollte man Situationen aus dem Weg gehen, in denen man auf das Führen durch andere, insbesondere fremde Personen angewiesen ist. In vielen Fällen ist es blinden und sehbehinderten Menschen durchaus möglich, sich allein und doch sicher durch den öffentlichen Raum zu bewegen, auch wenn es eventuell etwas länger dauert. Oft lässt sich zudem ein Gang vermeiden, indem man beispielsweise den Einkauf durch einen Hilfsdienst erledigen lässt.

Für das Führen gibt es eine bewährte Regel: Bei ungefähr gleicher Körpergröße wird der Arm der führenden Person etwa in Ellenbogenhöhe gegriffen. Der blinde oder sehbehinderte Mensch geht ungefähr eine Schrittlänge hinter dem Begleiter und ist so rechtzeitig über Kursänderungen, Hindernisse usw. informiert. Aber gilt das auch in Corona-Zeiten?

Der DBSV hat Kontakt mit Prof. Bert Blocken aufgenommen. Der Belgier hat in einer Studie untersucht, wie winzige Tröpfchen in der Atemluft übertragen werden, wenn zwei Menschen sich gemeinsam vorwärtsbewegen. Anschließend haben wir uns mit Ulrike Schade beraten, der Vorsitzenden des Bundesverbandes der Rehabilitationslehrer und -lehrerinnen für Blinde und Sehbehinderte. Gemeinsam haben wir Hinweise zusammengestellt, mit denen man das Risiko einer Ansteckung zwar nicht auf null reduzieren, aber zumindest dazu beitragen kann, sich und andere zu schützen.

Viren können über winzige Tröpfchen im Atem übertragen werden. Unter Leitung von Prof. Bert Blocken wurde in einer Studie der Universitäten Leuven (Belgien) und Eindhoven (Niederlande) untersucht, wie diese Tröpfchen sich verhalten, wenn zwei Menschen in die gleiche Richtung gehen.

Die meisten Tröpfchen fängt man sich laut dieser Studie ein, wenn man hinter jemandem hergeht, weil man dann die "Tröpfchenwolke" des Vordermanns ins Gesicht bekommt.

Geht man dagegen nebeneinander, ist das Risiko am geringsten.

Mit der Beachtung der folgenden Hinweise kann man das Risiko einer Ansteckung zwar nicht auf null reduzieren, aber zumindest dazu beitragen, sich und andere zu schützen:

Situationen vermeiden, in denen man auf das Führen durch fremde Menschen angewiesen ist Hilfe nur annehmen, wenn sie wirklich nötig ist (nicht jedes nett gemeinte Angebot annehmen, wenn man es nicht unbedingt braucht) Führen wenn möglich durch Ansagen ersetzen, sich also durch Zurufe aus sicherer Entfernung "navigieren" lassen. Bei der Inanspruchnahme von Hilfe: Wenn möglich nebeneinander gehen mit ab und zu kurzem Kontakt (mit Handrücken antippen) und der Stimme des Sehenden als Orientierung Tragen einer Atemmaske, insbesondere durch die führende Person Hilfsbereite fremde Personen fragen, ob sie eine Atemmaske tragen, bevor man Hilfe annimmt Den Führenden nicht am Ellenbogen anfassen (könnte durch Husten-Etikette kontaminiert sein),

sondern lieber am Oberarm, gegebenenfalls Handschuh benutzen. Beim Führen als Verbindung einen Strick mit Knoten oder eine sogenannte "Wanderkugel" (Seil mit Holzkugeln an den Enden) benutzen Unbedingte Handhygiene - auf keinen Fall mit der Hand, die den Führenden berührt hat, anschließend ins eigene Gesicht fassen.