



# Sehen 60 Plus

Die Angebote der Selbsthilfe  
für Menschen mit Sehverlust im Alter



**Blickpunkt Auge**

Rat und Hilfe bei Sehverlust

Ein Angebot des BBSB

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Angebote der Selbsthilfe	4
Ehrenamtliche Berater	4
Rehabilitation	5
Rechtsberatung und Rechtsvertretung	6
Hilfsmittelberatung	7
Beratung und Fortbildungen für Beschäftigte in Altenpflegeheimen, Seniorenresidenzen und Altenservicezentren	9
Zugang zur Information und zur Literatur	11
AURA-HOTEL Saulgrub	12
Interessenvertretung gegenüber Staat und Gesellschaft	13
Wir in Ihrer Nähe	14

Fotos:

DBSV (Titel, S. 4, 5, 8, 9, 10); AURA-HOTEL Saulgrub (S. 12)

# Vorwort

Im Laufe des Lebens lässt bei vielen Menschen das Sehvermögen nach. Manchmal kommen Erkrankungen hinzu, die zu einem Sehverlust, zu Sehbehinderung oder Blindheit führen können. Nach dem ersten Schock einer solchen Diagnose ergeben sich viele Fragen, Unsicherheiten und Ängste.

Blickpunkt Auge will dann Betroffenen und ihren Angehörigen mit Rat und Hilfe zur Seite stehen. Der Deutsche Blinden- und Sehbehindertenverband e. V. (DBSV) hat dieses Beratungs- und Unterstützungsangebot ins Leben gerufen, um gemeinsam mit den Landesvereinen das Beratungsspektrum zu erweitern. Gleichzeitig sollen Ratsuchende von den vielfältigen Unterstützungsmöglichkeiten durch die Selbsthilfe erfahren und den Weg zu wichtigen Experten finden. Deshalb kooperiert Blickpunkt Auge verstärkt mit Augenärzten, Augenzentren, Optikern, Orthoptisten, Ergotherapeuten und anderen Akteuren des Gesundheitswesens.

„Blickpunkt Auge – Rat und Hilfe bei Sehverlust“ gibt es in Bayern und in zwölf weiteren Bundesländern. Daneben gibt es einen zentralen Dienst beim DBSV. Das Beratungsnetz wird ständig erweitert.

Blickpunkt Auge Bayern möchte älteren Menschen mit Sehverlust mit dieser Broschüre die vielfältigen Unterstützungsangebote des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbundes e. V. (BBSB) vorstellen.

# Angebote der Selbsthilfe

## Ehrenamtliche Berater

Am Beginn einer langen Reihe von Hilfsangeboten stehen häufig der Erfahrungsaustausch und das Gespräch mit Menschen, die selbst mit Sehverlust konfrontiert sind und ihren Weg, damit umzugehen, bereits gefunden haben. Das können zum Beispiel die Berater von Blickpunkt Auge sein. Dieser Austausch macht Neubetroffenen Mut, die veränderte Lebenssituation anzunehmen.

Der BBSB bildet selbst betroffene Menschen zu ehrenamtlichen Unterstützern aus. Als geschulte Berater nehmen diese Kontakt zu Neubetroffenen auf und besuchen sie als „Experten in eigener Sache“ auch Zuhause. So können sie Brücken zu den weiterführenden Angeboten der Selbsthilfe bauen.



Diese Angebote stehen bayernweit in zehn Beratungs- und Begegnungszentren jedem Ratsuchenden offen, unabhängig von einer Mitgliedschaft.

## Rehabilitation

Um Selbstständigkeit und Mobilität zu erhalten oder auch wiederzugewinnen, können Betroffene den Rehabilitationsdienst in Anspruch nehmen.



Die Rehabilitationstrainer kommen zu den Ratsuchenden nach Hause oder in die Senioreneinrichtung und vermitteln in deren gewohnter Umgebung Fertigkeiten wie

- sicheres Gehen mit Begleitperson
- Umgang mit vergrößernden Sehhilfen
- Erkennen von Münzen und Banknoten
- Schneiden und Portionieren von Speisen
- Eingießen von Getränken
- Verrichten von Hausarbeiten
- Schreiben mit Tastaturschreibmaschine
- Schreiben und Lesen der Blindenschrift
- Hobbywerken, Basteln und Spielen
- den Gebrauch geeigneter Uhren, Telefone, Waagen und DAISY-Player

## Rechtsberatung und Rechtsvertretung

Der BBSB e. V. gewährt innerhalb seines satzungsgemäßen Aufgabenbereichs und im Rahmen des rechtlich Zulässigen Rat und Hilfe in Rechtsangelegenheiten. In den Sozialabteilungen der bayerischen Blinden- und Sehbehinderten-selbsthilfe erhalten Betroffene Beratung zu sozialrechtlichen Fragen und Unterstützung bei der Inanspruchnahme gesetzlicher und sonstiger Sozialleistungen, wie etwa:

- Schwerbehindertenausweis
- gesetzliche Nachteilsausgleiche, wie das Blinden- und Sehbehindertengeld
- kostenlose Beförderung im öffentlichen Personennahverkehr
- unentgeltliche Beförderung einer notwendigen Begleitperson im Nah- und Fernverkehr
- Ermäßigung des Rundfunkbeitrags oder Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht
- Parkerleichterungen
- Ermäßigung oder Befreiung von der Kfz-Steuer
- Steuerfreibeträge bei der Lohn- und Einkommensteuer
- Leistungen der gesetzlichen Kranken- und Pflegeversicherung sowie sonstige Sozialleistungen

Eine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung kann beispielsweise die Kostenübernahme für ein Hilfsmittel sein, das zum Ausgleich einer Behinderung dient. Dazu zählen unter anderem der Blindenlangstock, das Mobilitätstraining, ein Führhund oder vergrößernde Sehhilfen wie Monokulare, Lupen und Lupenbrillen.

In allen 16 Bundesländern gibt es zum Ausgleich der behinderungsbedingten Mehraufwendungen ein Landesblindengeldgesetz.

Die Leistungen variieren der Höhe nach in den einzelnen Bundesländern. In sieben Bundesländern wird Menschen mit einer hochgradigen Sehbehinderung ein staatlicher Nachteilsausgleich gewährt, der ebenfalls unterschiedlich hohe Zahlbeträge beinhaltet. Der BBSB hat sich auf der politischen Bühne für die Ergänzung des Bayerischen Blindengeldgesetzes um ein Sehbehindertengeld in Bayern eingesetzt, das 2018 eingeführt wurde. Weiterführende Informationen hierzu sind auf [www.dbsv.org](http://www.dbsv.org) zu finden.

## Hilfsmittelberatung

In den Hilfsmittelberatungsstellen Nord- und Südbayern des BBSB finden Ratsuchende ein umfassendes Angebot an Hilfsmitteln. Speziell ausgebildete Fachkräfte informieren über die Möglichkeiten der Geräte und über Finanzierungsoptionen und helfen so, die richtige Auswahl zu treffen. Zu den Hilfsmitteln, die auch vor Ort getestet werden können, gehören u. a.:

- Vergrößernde Sehhilfen: Ferngläser, Lupen, Bildschirm-Lesegeräte u. a.
- praktische Haushaltshilfen, die für blinde und sehbehinderte Menschen besonders geeignet sind und den Alltag erleichtern: taktile, sprechende oder mit großer Anzeige versehene Uhren, Kurzzeitmesser, Waagen, Thermometer, Maßbänder und Meterstäbe



- Schreibhilfen: Schreibmaschinen für Blindenschrift, Schreibschablonen für Handschrift
- PCs mit Sprachausgabe und/oder Braillezeile
- elektronische Hilfsmittel: Smartphone, Tablet PC, Notizgeräte u. a.
- DAISY-Player
- Verkehrsschutzzeichen, Tast- und Gehstöcke
- tastbar markierte Brett- und Kartenspiele

Eine Auswahl an Hilfsmitteln kann auch in den zehn Beratungs- und Begegnungszentren des BBSB käuflich erworben werden.

## Beratung und Fortbildungen für Beschäftigte in Altenpflegeheimen, Seniorenresidenzen und Altenservicezentren

Der BBSB steht den Einrichtungsleitungen und Verantwortlichen von Senioreneinrichtungen und Servicezentren mit Rat und Tat zur Seite, wenn es um Fragen der Barrierefreiheit insbesondere mit dem Fokus der Belange sehbehinderter und blinder Menschen geht.



Außerdem bietet der BBSB eine Fortbildungsreihe für Mitarbeiter in Einrichtungen, Ausbildungsstätten und Diensten an, die mit blinden und sehbehinderten Menschen zu tun haben und gerne mehr über den Umgang mit dieser Personengruppe erfahren und praktische Hilfen, wie Begleitertechniken und Förderung des verminderten Sehvermögens durch blendfreie Beleuchtung und Kontraste, erlernen möchten. In vier voneinander unabhängigen Modulen vermittelt diese Fortbildungsreihe Fachwissen und bietet Möglichkeiten, spezielle Situationen in Selbsterfahrung zu erleben.

Darüber hinaus veröffentlicht der DBSV zum Thema „Umgang mit blinden und sehbehinderten Senioren“ die Publikationsreihe „Sehen im Alter“. In dieser Reihe erscheinen die Broschüren „Sehbehinderung im Alter“ und „Sehbehinderte Menschen in Alterseinrichtungen“. Letztere enthält beispielsweise umfangreiche Tipps zur Gestaltung der Wohn- und Lebensbereiche, zum Zugang von Information sowie den Umgang mit sehbehinderten Bewohnern.

Zudem gibt der DBSV die Broschüre „Sehende Begleitung“ heraus. Diese beschreibt die Grundtechniken beim Führen einer blinden oder hochgradig sehbehinderten Person, das richtige Gehtempo, den Richtungswechsel und vieles mehr.



## Zugang zur Information und zur Literatur

Viele Menschen, deren Sehvermögen deutlich schwimmt, empfinden den Verlust der Lesefähigkeit als äußerst schmerzhaft.

Das Netz von Blindenhörbüchereien im deutschsprachigen Raum, das in der Mediengemeinschaft für blinde und sehbehinderte Menschen (Medibus e. V.) vereinigt ist, verleiht vielfältige Literaturangebote an Menschen, die Gedrucktes nicht mehr lesen können, als Hörbücher auf CD im nutzerfreundlichen DAISY-Format kostenlos als portofreie Blindensendung.

Die Selbsthilfe ist bei fast allen Hörbüchereien beteiligt; so ist der BBSB zum Beispiel Mitglied bei der Bayerischen Blindenhörbücherei e. V. in München, die an fünf Tagen in der Woche als besonderen Service eine telefonische Hörerberatung bietet.

Das Beratungs-, Informations- und Textservice-Zentrum (BIT) des BBSB setzt für Betroffene Fachbücher, Skripten, Bedienungsanleitungen, Reiseführer, Kochbücher und vieles mehr auf persönlichen Wunsch in Brailleschrift, in akustischer Form auf DAISY-CD, in Großdruck oder barrierefreie PDFs um. Das neuestes Projekt im BIT-Zentrum sind 3D-Karten von jeder beliebigen Adresse dieser Welt direkt aus dem 3D-Drucker.



## AURA-HOTEL Saulgrub

Der BBSB ist Alleingesellschafter der AURA-HOTEL Kur- und Begegnungszentrum Saulgrub gGmbH. Hier können blinde und sehbehinderte Menschen einen erholsamen Urlaub ohne Barrieren erleben. Die Mitarbeiter sind speziell geschult; sie wissen, worauf sie im Umgang mit dieser Personengruppe achten müssen.

Das Haus ist barrierefrei gestaltet: Es verfügt zum Beispiel über einen akustischen Info-Service per Telefon, farblich unterschiedlich gestaltete Flure zur besseren Orientierung, Braille-Beschriftung auf den Handläufen im Treppenhaus und einen sprechenden Aufzug. Senioren sind im AURA-HOTEL Saulgrub besonders willkommen und finden dort regelmäßig Austausch mit Gleichbetroffenen.

Das Hotel besteht aus Wohnbereich mit Kur- und Erholungsflügel, Restaurant und Wellnessbereich. Außerdem bietet es ein Schwimmbad, Sauna und vieles mehr. Ein kurzer überdachter Weg verbindet Seminargebäude und Haupthaus.

60.000 Quadratmeter Parklandschaft mit gekennzeichneten Rundwegen umgeben das Hotel.

Auf der Website des Hotels ([www.aura-hotel.de](http://www.aura-hotel.de)) sind weiterführende Informationen zu finden, so auch der als barrierefreie PDF eingestellte Hausprospekt mit aktuellem Jahresprogramm.

## Interessenvertretung gegenüber Staat und Gesellschaft

Die unter dem Dach des DBSV zusammengeschlossenen Selbsthilfverbände setzen sich für die Belange sehbehinderter und blinder, höresehbehinderter und taubblinder Menschen und von Personen ein, die aufgrund einer Augenerkrankung mit einem Sehverlust rechnen müssen. Sie vertreten ihre Interessen gegenüber Politik und Gesellschaft auf allen Ebenen.

Sie kooperieren mit anderen Behinderten- und Sozialverbänden, mit Arbeitgeber- und Arbeitnehmerverbänden, Seniorenorganisationen und Interessensverbänden.



## Wir in Ihrer Nähe

Unsere Beratungs- und Begegnungszentren (BBZ) finden Sie in allen Regierungsbezirken. Hier finden Sie Rat und Hilfe, aber auch Kontakte zu anderen Betroffenen:

### Allgäu

Hirnbeinstraße 8, 87435 Kempten  
Telefon (08 31) 2 33 10, Telefax (08 31) 2 50 17  
E-Mail: kempten@bbsb.org

### Mittelfranken

Bahnhofplatz 6, 90443 Nürnberg  
Telefon (09 11) 2 36 00-0, Telefax (09 11) 2 36 00-36  
E-Mail: nuernberg@bbsb.org

### Niederbayern

Bahnhofplatz 6, 94447 Plattling  
Telefon (0 99 31) 89 05 75, Telefax (0 99 31) 9 12 79 90  
E-Mail: plattling@bbsb.org

### Oberbayern-München

Arnulfstraße 22, 80335 München  
Telefon (0 89) 5 59 88-111, Telefax (0 89) 5 59 88-148  
E-Mail: muenchen@bbsb.org

### Oberbayern-Rosenheim

Luitpoldstraße 5, 83022 Rosenheim  
Telefon (0 80 31) 3 25 55, Telefax (0 80 31) 3 26 88  
E-Mail: rosenheim@bbsb.org

### Oberfranken

Carl-Schüller-Str. 10, 95444 Bayreuth  
Telefon (09 21) 15 12 60-0, Telefax (02 51) 15 12 60-29  
E-Mail: bayreuth@bbsb.org

### Oberpfalz

Bahnhofstraße 18, 93047 Regensburg  
Telefon (09 41) 5 95 65-0, Telefax (09 41) 5 95 65-29  
E-Mail: regensburg@bbsb.org

### Schwaben-Augsburg

Rugendasstraße 8, 86153 Augsburg  
Telefon (08 21) 45 54 15-0, Telefax (08 21) 45 54 15-29  
E-Mail: augsburg@bbsb.org

### Unterfranken-Aschaffenburg-Miltenberg

Hanauer Straße 2, 63739 Aschaffenburg  
Telefon (0 60 21) 2 93 93, Telefax (0 60 21) 32 52 28  
E-Mail: aschaffenburg@bbsb.org

### Unterfranken-Würzburg

Juliuspromenade 40-44, 97070 Würzburg  
Telefon (09 31) 46 52 95-0, Telefax (09 31) 46 52 95-28  
E-Mail: wuerzburg@bbsb.org



Probleme mit dem Sehen? Wir sind für Sie da.

## **Blickpunkt Auge – Rat und Hilfe bei Sehverlust**

Ein Angebot des BBSB  
für Menschen mit Sehproblemen  
[www.blickpunkt-auge.de](http://www.blickpunkt-auge.de)

BBSB Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e. V.  
Landesgeschäftsstelle  
Arnulfstraße 22  
80335 München  
Telefon (0 89) 5 59 88-0  
Telefax (0 89) 5 59 88-266  
Internet: [www.bbsb.org](http://www.bbsb.org)  
E-Mail: [info@bbsb.org](mailto:info@bbsb.org)

Unser Spendenkonto:  
Bank für Sozialwirtschaft München  
IBAN DE49 7002 0500 0007 8317 00  
BIC BFSWDE33MUE

Mitglied im Deutschen Blinden- und  
Sehbehindertenverband e. V. (DBSV)