



Hilfsgemeinschaft
der Blinden und Sehschwachen Österreichs

66. Jahrgang
Februar/März 2021

sichtweisen

Magazin der Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs



Foto: Shutterstock/Inside Creative House

Gentherapie

Neue Hoffnung in der Augenheilkunde?
Seite 8



Hilfsgemeinschaft
der Blinden und Sehschwachen Österreichs

Lotterie
Augenstern



**Preise im
Gesamtwert
von € 150.004,-
gewinnen!**

Helfen.

Sie unterstützen durch Ihren Loskauf die Arbeit der Hilfsgemeinschaft. Der Reinerlös kommt blinden und sehbehinderten Menschen zugute. 12 Lose kosten € 18,-.

Gewinnen.

Lose können unter der kostenlosen Rufnummer **0800 20 20 38** und über das Internet www.lotterie-augenstern.at bestellt werden. Die Zusendung der Lose erfolgt auf dem Postweg.

Strahlen.

Die öffentliche Ziehung findet am **10. Juni 2021** unter notarieller Aufsicht statt.

Viel Glück!



Ihr Vorteil

Loskauf und Spende steuerlich absetzbar!

Mercedes Benz GLB € 41.130,-

Der neue GLB.
So bequem kann off-road sein.
mercedes-benz.at

1



3

Thermengutscheine € 5.000,-

Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag!



2

Möbelgutschein € 10.000,-

Weil es zuhause am schönsten ist.

Kupon ausfüllen, an die Hilfsgemeinschaft einsenden und gewinnen!

Ja, ich bestelle _____ Stk. Bogen (auf einem Bogen sind 12 Lose für € 18,-)

| | |
|--------------------------|--|
| Titel, Vorname, Zuname | |
| Straße, Nr., Stiege, Tür | |
| PLZ, Ort | Telefon |
| E-Mail* | Geburtsdatum (falls Sie Ihre Spende absetzen wollen) |

* Ich stimme der Zusendung von elektronischen Nachrichten bis auf Widerruf zu.

Inhalt

ansichten

- 04 **Aktuelles**
- 05 **Klartext.** Kreative Lösungen gesucht
- 06 **Begleitdienst.** Hilfreiches Angebot auch jetzt möglich
- 08 **Gentherapie.** Hoffnungsträger der Medizin
- 10 **Alexa.** Künstliche Intelligenz als Hilfsmittel

einsichten

- 12 **Erbschaftsrechner.** Unterstützung bei der Testamentserstellung
- 14 **Floridsdorf.** Neuer Standort mit viel Potenzial
- 16 **Braille.** Online-Unterricht wird gut angenommen
- 18 **AM4Kids.** Spannendes Schulprojekt
- 19 **AUGust ist für alle da!** Unser freundlicher Maulwurf zum psychologischen Angebot
- 20 **Menschen brauchen Menschen.** Unabhängige Finanzberatung
- 22 **Sprechendes Blutdruckmessgerät.** Unser Hilfsmitteltipp
- 23 **Gehirn-Jogging**
- 24 **Wenn die Sehkraft nachlässt.** Unser Buchtipp
- 25 **Nadel und Zwirn.** Schneiderin stellt sich vor
- 26 **Jahresrückblick 2020.** Die Waldpension meistert alle Herausforderungen

übersichten

- 28 **Heiteres und Spannendes.** Lachen und rätseln zur Entspannung
- 29 **Ausgezeichnetes und Abgründiges.** Die Hörspiele im März auf Ö1
- 30 **Treffpunkte.** Virtuelle Veranstaltungen
- 31 **Wir sind für Sie da!** und **Impressum**



Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

als ich begonnen habe, für diese Ausgabe Informationen zu sammeln, war ich in Sorge, ob es wohl genug Interessantes zu berichten gibt. So viel ist durch die Pandemie eingeschränkt! Doch während der Produktion habe ich mit Freude feststellen können, wie viel trotzdem möglich ist. Alle geben ihr Bestes, um der Situation angepasste Angebote umsetzen zu können. Wir bieten weiterhin Beratung an und haben sogar ein paar neue Kurse entwickelt! Mehr dazu sowie zu spannenden Entwicklungen in der Augenheilkunde finden Sie auf den nächsten Seiten.

Mit herzlichen Grüßen
Helga Bachleitner



Spendenkonto:

IBAN: AT56 6000 0000 0767 0000

BIC: BAWAATWW

Online-Spenden:

www.hilfsgemeinschaft.at

Pensionistenklub

Neues Leben in der Greiseneckergasse

In den ehemaligen Büroräumen der Hilfsgemeinschaft in der Greiseneckergasse 5, 1200 Wien tut sich was! Sobald es aufgrund der Pandemie-Verordnung möglich ist, eröffnet hier ein Pensionistenklub! Der neue Klub nennt sich „Bunte Vielfalt“ und steht vor allem blinden und sehbehinderten Personen zur Verfügung. Öffnungszeiten sind Montag bis

Freitag von 09:00–18:00 Uhr. Auch wenn es sich um einen Pensionistenklub der Stadt Wien handelt, steht dieser Klub nicht nur Pensionisten offen. Im Grunde ist jeder, auch junge Menschen, willkommen. Verschiedene kostenlose Programme werden angeboten: Qi Gong, Yoga, Smovey, Gymnastik, Nordic Walking, Vorträge und vieles mehr.

Auch eine Kleidertauschbörse ist geplant. Außerdem soll man dann hier kostengünstig frühstücken und Mittag essen können. Die Nachmittagsjause, Kaffee und Kuchen, ist sogar kostenlos.

Der Pensionistenklub ist barrierefrei, für Rollstühle geeignet und durch das Blindenleitsystem für blinde Personen leicht auffindbar. Früher fand in diesen Räumen unser Braille-Kurs statt, der Deutschkurs, unsere Dart-Gruppe und unsere Projektabteilung hatte dort ihre Büros. Es freut uns sehr, dass wir einen passenden Nachfolger für unsere Räumlichkeiten in der Greiseneckergasse 5 gefunden haben. Bei Interesse einfach während der Öffnungszeiten vorbeikommen! ■■■

Die Sehnsucht nach geselligen Runden ist schon groß!

Foto: Hilfsgemeinschaft/Franz Pflügl



Geschenke spenden

Wir hoffen, Sie hatten frohe Weihnachten mit vielen schönen Geschenken. Gab es vielleicht auch das eine oder andere, das nicht so gut gefällt oder das Sie nicht brauchen? Jetzt können Sie daraus etwas Gutes machen: Bringen Sie einfach Ihre neuwertigen Bücher, Brettspiele, DVDs, CDs oder elektronischen Kleingeräte

(diese bitte nur in Originalverpackung) einfach zu uns in die Hilfsgemeinschaft und wir machen daraus eine Spende für blinde und sehgeschwache Menschen. Abgabemöglichkeit zu den Öffnungszeiten im Beratungszentrum Jägerstraße 36 oder am Standort Floridsdorf, Schlosshofer Straße 2–6. So einfach kann man helfen! ■■■



Plauderrunde

Hilfreicher Austausch am Telefon

Aufgrund der Pandemie-Verordnung können nun schon sehr lange keine Veranstaltungen durchgeführt werden. Persönliche Kontakte sind nur sehr eingeschränkt möglich. Doch viele vermissen den Austausch und die Anregungen, Langeweile und Einsamkeit werden zum Problem.

Petra Wrba ist für das psychologische Angebot in der Hilfsgemeinschaft zuständig und hat sich eine Variante überlegt: „Wir bieten eine telefonische Plauderrunde an. Alle zwei Wochen zu einem

fixen Termin machen wir eine Telefonkonferenz und sprechen über alles, was uns am Herzen liegt. Dabei geht es aber nicht nur um Probleme, im Gegenteil, wir suchen das Schöne und Motivierende und bestärken uns so gegenseitig“, erklärt die diplomierte Gesundheitspsychologin.

Wenn Sie Interesse an diesem Gesprächsangebot haben, melden Sie sich bei **Petra Wrba**, Tel. 01/330 35 45–94, E-Mail: wrba@hilfsgemeinschaft.at



Zuhören und reden hilft!

Illustration: Stefan Strasser

Kolumne Klartext

Haben Sie auch öfters ein Problem und denken sich: „Da müsste man doch eigentlich etwas dafür erfinden?“ Haben Sie manchmal auch eine gute Idee und denken sich: „Das müsste man umsetzen und damit wäre vielen Menschen geholfen?“ Wenn aus Erfindungen (Inventionen) marktfähige, also an viele Menschen verkaufbare, Produkte oder Dienstleistungen (Innovationen) werden, dann

kann es sein, dass aus einem Problem heraus eine zündende Idee entsteht und aus dieser Idee ein tolles Produkt, welches vielen Menschen hilft. Das ist allgemein so, aber auch ganz besonders bei Hilfsmitteln oder Dienstleistungen für Menschen mit Behinderungen. Denken Sie z. B. an Brillen, die Personen erkennen, Texte vorlesen können und jemandem helfen können, den richtigen Weg zu finden. Denken Sie an den Schuh, der Hindernisse erkennt, an Apps für das Smartphone, welche Menschen zusammenbringen können, damit einer dem anderen helfen kann. Solche Innovationen gibt es wirklich viele.

Die Hilfsgemeinschaft unterstützt solche neuen Ideen und Innovationen. Besonders interessant sind für uns natürlich Hilfsmittel und Dienstleistungen für blinde und sehbehinderte Menschen. Derzeit bereiten wir gerade einen Ideenwettbewerb vor. Sollten Sie also gute Ideen haben oder Lösungen für Probleme, die viele Menschen gleichermaßen betreffen, dann werden wir uns freuen, mehr darüber zu erfahren.

Assoz. Prof. Priv.-Doz. Mag. Dr. Elmar Wilhelm M. Fürst
Vorstandsvorsitzender der
Hilfsgemeinschaft der Blinden
und Sehschwachen Österreichs

Begleitdienste!

Auch im Lockdown möglich

Fiona Marschütz

Ich besuche in der Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen die Schule (den Braille-Kurs). Ich kann alleine nirgends hinfinden, mich selbstständig orientieren. Ich bin vollblind. Ich rufe daher immer den Freiwilligenkoordinator Max an, er vermittelt mir Freiwillige für die Begleitung. Ich werde von zu Hause abgeholt und zur Schule gebracht. Der oder die Freiwillige wartet auf mich, wenn ich in der Schule bin, und begleitet mich anschließend wieder nach Hause, so Mitglied Michaela.

Viele Anfragen

Unser Freiwilligenkoordinator Max erhält laufend Anfragen für verschiedene Dienste, unter anderem den Begleitdienst. Ein Mitglied ruft an und teilt ihm die Details mit, wie in diesem Fall die Begleitung zum Braille-Kurs in der Hilfsgemeinschaft. Max hat eine Liste von rund 30 Freiwilligen, die sich bereit erklärt haben, von Zeit zu Zeit Begleitungen für

Mitglieder zu übernehmen. „Ich finde es schön, dass wir so viele hilfsbereite Freiwillige haben und den Begleitdienst daher kostenfrei anbieten können. Das ist ein toller Service der

Hilfreiches Angebot

Hilfsgemeinschaft, wie auch der IT-Support, die

Einkaufshilfe und Besuchsdienste!“, sagt Max. Oft muss er mehrere Freiwillige durchtelefonieren, daher ist es gut, wenn er so früh wie möglich von einem Termin erfährt. Ganz selten passiert es, dass er niemanden findet, oft sind es ganz kurzfristige Anfragen für den selben Tag. Max hat die freiwillige Mitarbeiterin Elisabeth an unser Mitglied Michaela vermittelt.

Erfüllend

„Ich freue mich, wenn ich etwas Sinnvolles gemacht habe!“, sagt die freiwillige Mitarbeiterin Elisabeth und erzählt weiter: „Ich habe Michaela zu einem Braille-Kurs in Flordsdorf gebracht. Die junge Frau hängte sich bei mir ein und ging mit dem Langstock in zügigem Tempo neben mir her. Wir nutzten den Lift, da sich Michaela große Sorgen machte, zu stürzen. Besonders hilfreich waren die mit



Wertvolle Unterstützung: der Begleitdienst von Freiwilligen

Foto: Hilfsgemeinschaft/Franz Pflügl



Wir sind ein starkes Team!

Foto: Hilfgemeinschaft/
Franz Pflügl

dem Langstock tastbaren weißen Leitlinien auf dem Boden – es könnte in Wien mehr von ihnen geben.“ Die Wartezeit verbrachte Elisabeth mit einem Spaziergang und Erledigungen.

Unterstützung

„Der Blindenschriftkurs ist sehr anstrengend und erfordert viel Konzentration. Das Ertasten und Einordnen der erhöhten Punkte auf dem Papier ist sehr schwierig!“, wie die freiwillige Mitarbeiterin in einem Selbstversuch feststellen musste. „Alle Leute, die Braille wirklich gut lesen können, sind sehr zu

bewundern!“, so Elisabeth, und erzählt weiter: „Auf dem Rückweg konnten wir ein wenig plaudern. So erfuhr ich auch von einem barrierefreien Uno-Spiel. Wieder zu Hause angelangt, erhielt ich ein großes Dankeschön für die Begleitung. Ich konnte die Welt für einen Nachmittag mit anderen Augen sehen!“

Freiwilligenkoordinator Max vermerkt die erfolgreichen Begleitedienst-Vermittlungen. Oft machen Freiwillige überlappende Dienste von Begleitungen, Besuchen und Einkäufen. Hier verläuft die einzelne Absprache selbstständig,

weiß auch Michaela: „Mit einer freiwilligen Mitarbeiterin habe ich mich besonders gut verstanden. Sie besucht mich manchmal sogar zu Hause zum Plaudern, es ist so eine Art Freundschaft daraus entstanden. Ich finde es echt super, dass es Freiwillige gibt, sonst hätte ich schon oft auf die Schule verzichten müssen!“

Anruf genügt

Benötigen Sie einen Begleitedienst in Wien? Kontaktieren Sie unseren Freiwilligenkoordinator **Maximilian Reutterer**: maximilian.reutterer@hilfgemeinschaft.at oder Tel. 01/330 35 45–38.

Gentherapie

Fluch oder Segen?

Helga Bachleitner

Kaum etwas wird so kontrovers diskutiert wie der Einsatz von Gentherapie in der Medizin. Für die einen Hoffnungsträger, für Skeptiker geradezu Teufelszeug. Jene, die auf Therapie hoffen, empfinden den Fortschritt oft quälend langsam. Christian Zehetgruber, Geschäftsführer der Hilfsmittelfirma VIDE BIS, wurde schon vor 30 Jahren in Aussicht gestellt, in wenigen Jahren könne man seine Netzhautdystrophie erfolgreich genetisch „reparieren“. Davon konnte leider keine Rede sein, doch Forschungsergebnisse zeigen eine deutlich positive Entwicklung.



Assoz. Prof. Priv.-Doz. Dr. Markus Ritter

Foto: privat

Assoz. Prof. Priv.-Doz. Dr. Markus Ritter, Leiter der Ambulanz für erbliche Netzhauterkrankungen am AKH, hat in einem Vortrag Einblick in die wichtigsten Aspekte gegeben. „Beim molekularen Mapping von Netzhautdystrophien wurden über die letzten Jahre sehr bedeutungsvolle Fortschritte erzielt. Waren im Jahr 1990 noch weniger als 20 ursächliche Gene bekannt, sind es mittlerweile um die 300. Die Kenntnis darüber bildet die Basis für die Therapie.“

Seltene Krankheiten

Erbliche Netzhauterkrankungen (Netzhautdystrophien) zählen zu den seltenen Krankheiten, gleichzeitig umfasst der Begriff unterschiedliche Krankheitsbilder. Dazu gehören die größere Gruppe der Stäbchenzapfen Dystrophien, die oft unter dem Begriff „Retinitis Pigmentosa“ zusammengefasst werden, aber auch Makuladystrophien wie der Morbus Stargardt. „Die Diagnosefindung ist oft sehr langwierig, da die Krankheitsbilder sehr variieren können. Bisher gab es auch wenige Behandlungsmöglichkeiten. Mittlerweile ist der

Es braucht noch Geduld

Großteil der ursächlichen Gene für Retinitis

Pigmentosa identifiziert. Hinter vermeintlich einem Krankheitsbild stehen also ganz verschiedene Gene“, führt Dr. Ritter aus. Erst nach der genetischen Untersuchung und der Interpretation der Resultate ist dann eine zielgerichtete Gentherapie möglich.

Was ist aber Gentherapie überhaupt? Was kann man sich darunter vorstellen?

„Gentherapie bedeutet Transport von genetischem Material (DNA) in lebende Zellen mit dem Ziel, Erkrankungen zu behandeln, es wird dabei ein krankes Gen durch ein gesundes ersetzt.“ erklärt der Augenarzt. „Bei der bisher zugelassenen Gentherapie für Netzhautdystrophien ermöglicht ein modifiziertes Virus einen effizienten Eintritt in die Netzhautzellen, aber das transportierte genetische Material wird nicht in das menschliche Wirtsgenom eingebaut, sondern persistiert außerhalb, wirkt also nicht Erbgut verändernd“, nimmt er auch gleich eine Besorgnis vorweg. Auch bezüglich der befürchteten Nebenwirkungen



Medizin der Zukunft: Kranke Gene können durch gesunde ersetzt werden

Foto: Shutterstock/CI Photos

muss man differenzieren. „Die beschriebenen Risiken der Gentherapie sind nicht durch das eingesetzte Therapeutikum als solches bedingt, wohl aber kann der operative Eingriff unerwünschte Folgen haben, wie bei jeder anderen Augenoperation auch gewisse Risiken vorhanden sind. Das Auge ist grundsätzlich aber ein optimales Einsatzgebiet für Gentherapie, da es sich um ein geschlossenes System handelt. Eine Grundvoraussetzung ist allerdings, dass noch ausreichend lebende Netzhautzellen vorhanden sind, um Erfolg haben zu können. Das kann mit Spezialgeräten relativ schnell festgestellt werden“, erläutert Dr. Ritter.

Es gibt also Hoffnung, doch es braucht auch noch Geduld.

Die Gentherapie ist am AKH Wien bereits möglich, jedoch derzeit nur für die sehr seltenen, durch das RPE65-Gen bedingten Netzhautdystrophien. Gentherapien für etwas häufigere Netzhautdystrophien, wie die Choroiderämie oder die X-chromosomal vererbte Retinitis Pigmentosa, zeigen in multizentrischen Studien vielversprechende Ergebnisse und werden vermutlich in den nächsten 5 Jahren in Europa/Österreich zugelassen. Für beispielsweise die sehr häufig auftretende altersbedingte Makuladegeneration, AMD, ist diese Form der Therapie leider noch nicht einsetzbar.

Videbis hilft

„Für diese Patienten bleibt die Versorgung mit vergrößerten Sehhilfen und Hilfsmitteln die erste Wahl, um die Selbstständigkeit im Alltag (z. B. beim Lesen) zu erhalten und somit Lebensqualität zu sichern“, stellt Christian Zehetgruber von Videbis fest.

Der Einsatz von Gentherapie zur Behandlung von erblichen Netzhautdystrophien ist jedoch erfolgversprechend: „Man kann sicher sagen, dass Gentherapie die nächste Zukunft verändern wird. Da muss man dranbleiben“, zeigt sich Prof. Dr. Ritter zuversichtlich. ■

Sprachassistent Alexa

Künstliche Intelligenz als Hilfsmittel

Daniele Marano

Der Sprachassistent Alexa von Amazon ist ein immer präsenteres Gerät in unseren Wohnungen. Gerne stelle ich hier kurz vor, was Alexa kann und was die wichtigsten Funktionen sind.

Die große Benutzerfreundlichkeit von Alexa macht sie vor allem bei älteren Menschen oder Menschen mit sensorischen oder motorischen Einschränkungen besonders beliebt und kommt im Übrigen all jenen entgegen, die sich nicht so sehr für die Technik selbst interessieren, sondern mehr für den praktischen Einsatz. Warum kompliziert, wenn es auch einfacher geht!

Der digitale Assistent Alexa von Amazon arbeitet ähnlich wie Google Assistant, Cortana von Microsoft oder Siri von Apple. Alexa ist mit dem Internet verbunden und kann per Sprachsteuerung auf Dienste und Informationen zugreifen. Man kann über die Smarthome-Lautsprecher „Amazon Echo“ oder „Amazon

Echo Dot“ Fragen stellen oder Befehle erteilen. Bei Alexa handelt es sich um eine künstliche Intelligenz, die auf einer von Amazon entwickelten Sprachsoftware basiert.

Sprachsoftware

Die Alexa-Sprachsoftware ist in zahlreichen Amazon-Lautsprechern integriert, die als Erkennungsmerkmal alle den Begriff ‚Echo‘ beinhalten.

Zum Beispiel:

■ **Echo Dot** ist der kompakte runde Lautsprecher mit guter Klangqualität mit einem sehr guten Preis-Leistungs-Verhältnis, erhältlich ab 30 Euro.

■ **Amazon Echo** ist der größere zylinderförmiger Lautsprecher mit besserer Klangqualität.

■ **Echo Show** ist Amazon's Echo-Lautsprecher mit integriertem Display.

Wer sich ein Alexa-Gerät kauft, kann auch ohne den Erwerb

Unterstützung im Alltag

zusätzlicher Smart-Home-Komponenten zahlreiche

praktische Assistenzfunktionen abrufen. Beispielsweise Wecker, Timer, Rezeptsuche, Witze, Nachrichten- und Wetterinfos und man kann sogar kostenlos Musik hören. Individuell auf persönliche Bedürfnisse ausrichten lässt sich Alexa außerdem durch die Aktivierung kostenloser Zusatzfunktionen, sogenannter Alexa Skills. Darunter: Spiele, Quiz-Skills,



Amazon Echo: Unauffällig, aber effizient

Foto: Unsplash/Find experts at kilita.com

Mitmachgeschichten, Hörbücher, individuell anpassbare Geburtstagskalender, Rezeptideen und vieles mehr.

Viele Möglichkeiten

Eine Erweiterung der Anwendungsmöglichkeiten von Alexa besteht durch die Vernetzung mit smarten Geräten. Als Alexa-kompatible Variante erhältlich sind inzwischen nahezu alle modernen Haushaltsgeräte und Gadgets von der Kaffeemaschine, über Lampen und Heizthermostate bis hin zu Mäh- oder Saugrobotern. Sogar bereits vorhandene, etwas ältere Elektrogeräte können durch einen WLAN-Zwischenstecker smart nachgerüstet und anschließend sprachgesteuert werden. Abgebühren fallen für die Alexa-Nutzung keine an. Amazons Sprachassistentin kostet im Monat also nur so viel, wie für die Internetverbindung an Gebühren anfällt.

Die Installation eines Alexa-Lautsprechers ist auch für Technik-einsteiger gut zu bewältigen.



Alexa: Klein, aber leistungsstark

Foto: Unsplash/Find experts at kilta.com

Es genügt, das Netzteil ans Stromnetz anzuschließen, den Echo mit dem WLAN zu verbinden und die Alexa App auf das Smartphone zu installieren. Die Einrichtung eines Amazon-Konto mit E-Mail ist erforderlich.

Testergebnis

Abgesehen von der Frage des Umgangs von Amazon mit persönlichen Daten, auf die ich in diesem Testbericht nicht eingehen will, halte ich Alexa für ein sehr nützliches Gerät. Menschen mit Sehbeeinträchtigung haben die Möglichkeit, auf einfache und

intuitive Weise mit Sprachbefehlen u. a. auf Musik, Hörbücher und Informationen zuzugreifen und einige der Geräte in ihrem Zuhause zu verwalten. Amazon-Echo-Geräte, über die Alexa verwendet werden kann, können online unter www.amazon.de bestellt oder in größeren Elektronikmärkten gekauft werden.

Für weitere Informationen und Vorführungen kontaktieren Sie bitte **Daniele Marano**, Tel. 01/330 35 45-41, E-Mail: marano@hilfsgemeinschaft.at ■

Erbschaftsrechner

Was Sie schon immer über das Vererben wissen wollten

Waltraud Portner-Frisch

Immer wieder erhalten wir Fragen rund um Testament und Erbschaft: „Ich habe zwei Töchter. Kann ich trotzdem die Hilfsgemeinschaft als Erbin einsetzen?“ oder „Was passiert mit meinem Besitz, wenn ich kein Testament mache?“ oder „Ich will nicht, dass

meine Neffen und Nichten erben. Wie kann ich einen Erben nach meinem Wunsch bestimmen?“.

Mit Hilfe des Erbschaftsrechners können Sie ganz anonym Ihre

Einfach
und
übersichtlich

persönliche Nachlasssituation berechnen. Sie

müssen Ihre Familienkonstellation angeben und erfahren im Gegenzug, wie groß der gesetzliche Erbteil ist. Der Anteil, über den Sie in Ihrem Testament frei verfügen können, wird ebenfalls eindeutig benannt. Eine konkrete Rechtsberatung kann und will dieser Rechner aber nicht ersetzen.

Wenn Sie mit Ihrem Nachlass auch eine gemeinnützige Organisation wie zum Beispiel die Hilfsgemeinschaft unterstützen möchten, dann müssen Sie das in Ihrem Testament regeln.

Funktionsweise

Im ersten Schritt zeigt Ihnen der Erbschaftsrechner – ausgehend von Ihrer familiären Situation – die gesetzliche Erbfolge, die automatisch und ohne Testament in Kraft tritt. Die gesetzliche Erbfolge kommt jedoch auch dann zur Anwendung, wenn eine vorhandene letztwillige Verfügung etwa aufgrund von Formfehlern (z. B. fehlende Unterschrift auf einem Testament) unwirksam ist.



Alexandra Kleinheinz und Waltraud Portner-Frisch beraten kompetent und einfühlsam

Foto: Hilfsgemeinschaft/Franz Pflügl

Testament

Im zweiten Schritt sehen Sie, welche Angehörigen einen gesetzlichen Anspruch haben (Pflichtteil) und wie hoch der Anteil ist, über den Sie mittels eines Testaments frei verfügen können. Nur wenn Sie ein Testament schreiben, können Sie zusätzlich jene Menschen und Institutionen bedenken, die Ihnen etwas bedeuten.

Mit Hilfe unseres Erbschaftsrechners wird Ihnen die Entscheidung, ob Sie ein Testament verfassen oder die gesetzliche Erbfolge für Sie ausreichend ist, erleichtert. Den Erbschaftsrechner finden Sie auf unserer website unter: www.hilfsgemeinschaft.at/Erbschaftsrechner

Broschüre

Zusätzlich bieten wir eine Broschüre, unseren kostenlosen Testamentsratgeber, an, der Ihnen Grundsätzliches zum Thema Vererben vermittelt. Bitte bestellen Sie unter der Telefonnummer 01/330 35 45–39 oder per E-Mail: testament@hilfsgemeinschaft.at. Sie erhalten den Ratgeber umgehend per Post. ■■■

Werden Sie ein Teil von uns – auf ewig

Ihr Testament für die Hilfsgemeinschaft!

In den letzten Jahren überlegen immer mehr Menschen, neben ihrer Familie gemeinnützige Organisationen im Testament zu bedenken. Frau R., deren Sohn im Ausland lebt und beruflich erfolgreich ist, erzählt: „Ich habe meinem Sohn eine gute Ausbildung ermöglicht und ihn auch bei der Familiengründung finanziell unterstützt. Nun ist er schon selbst etwas in die Jahre gekommen. Er und seine mittlerweile erwachsenen Kinder sind – auch mit meiner Unterstützung – gut versorgt.

Hilfsgemeinschaft

Seit 12 Jahren verliere ich zusehends mein Augenlicht, was mich im Alltag sehr einschränkt. Mein Augenarzt hat mich auf die Angebote der Hilfsgemeinschaft aufmerksam gemacht, und nun bin ich schon seit mehreren Jahren Mitglied und über die Unterstützung sehr dankbar. Eigentlich hat mein Sohn zu mir gesagt: „Mama, mir brauchst du nichts vererben, ich hab alles. Aber du könntest die Hilfsgemeinschaft im Testament bedenken und damit anderen blinden und

sehschwachen Menschen über dein Leben hinaus helfen. So wie dir geholfen wurde, kannst du auch anderen Hilfe zukommen lassen.“ Ein schöner Gedanke, den ich mit meinem Testament umgesetzt habe. Ich bin sehr froh über diese Entscheidung. Durch den regelmäßigen Kontakt mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Testamentsabteilung habe ich das Gefühl, auch in einer Notsituation einen verlässlichen Ansprechpartner an meiner Seite zu haben.

Beratung

Menschen, die die Hilfsgemeinschaft in ihrem Testament bedenken wollen, beraten wir unverbindlich und persönlich. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme:

Alexandra Kleinheinz,

Tel. 01/330 35 45–30,
E-Mail: kleinheinz@hilfsgemeinschaft.at

Waltraud Portner-Frisch,

Tel. 01/330 35 45–39,
E-Mail: portner-frisch@hilfsgemeinschaft.at

Floridsdorf

Viel Raum für Innovationen

Helga Bachleitner

Seit Herbst 2020 ist die Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs auch an einem zweiten Standort aktiv. In der Schlosshofer Straße im 21. Bezirk, ganz in der Nähe des Floridsdorfer Spitz, hat nun unter anderem die Projektteilung ihren Sitz. Auch die psychologische Beratung kann dort in einem angenehmen Rahmen stattfinden. Die hellen, großen Räume bieten Platz für mehrere Büros, und auch die neu gegründete HGBS-GmbH nutzt dort die gut ausgestatteten Räumlichkeiten.

Elmar Fürst beschreibt, warum die Hilfsgemeinschaft diese Tochtergesellschaft gegründet hat und was wir uns davon erwarten: „Die HGBS-GmbH bietet verschiedene Leistungen sowohl für Start-ups, Projektpartner als auch Unternehmen, die sich im Bereich Barrierefreiheit weiterentwickeln möchten. Neben der Projekt- und Produktentwicklung gehört auch die Aus- und Weiterbildung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Rahmen von Schulungen und Workshops zu den Angeboten

Ihre Ideen
sind
gefragt!

der HGBS-GmbH. Hier ist das Ziel die Schaffung von

Aufmerksamkeit für die Bedürfnisse, aber auch Fähigkeiten von Menschen mit Behinderungen, den richtigen Umgang mit Kunden und Kundinnen und Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit Behinderungen sowie ein grundlegendes Verständnis zum Thema Barrierefreiheit zu schaffen. Mit dem Standort in Floridsdorf steht der HGBS-GmbH die Möglichkeit, aber auch die Fläche zur Verfügung, um Start-ups eine ansprechende und



Der Eingang ist gut gekennzeichnet

Foto: Hilfsgemeinschaft



Angenehme Atmosphäre für psychologische Gespräche

Foto: Hilfsgemeinschaft



Inspirierende Umgebung für junge Unternehmen (Symbolbild)

Foto: Pixabay/Free-Photos

inspirierende Umgebung zu geben und um die angedachten Innovationen auch tatsächlich zu einer Umsetzung zu bringen. Wir bieten einen Co-Working-Space für Menschen, die im Bereich Barrierefreiheit oder Menschen mit Behinderungen arbeiten. Außerdem gibt es den Start-up Incubator, indem die Hilfgemeinschaft Unterstützungsleistungen für neugegründete Unternehmen anbietet. Hinter dem sogenannten Maker Space verbirgt sich das Kompetenzzentrum für Braille- und 3D-Druck. Neben der Möglichkeit, die Räumlichkeiten zu nutzen, bieten wir auch zusätzliche Events und Vernetzungsmöglichkeiten. Damit soll den ansässigen

Start-ups eine Möglichkeit geboten werden, sowohl national als auch international Kontakte zu etablieren, um langfristig den Geschäftserfolg sicherzustellen.“

Ideenwettbewerb

Innovationen entstehen oft aus recht spontanen Ideen. Wer hat nicht schon manchmal das Gefühl gehabt, einen richtigen Geistesblitz gehabt zu haben? Doch wenn dann keine geeigneten Rahmenbedingungen vorhanden sind, um aus einer Idee ein Projekt und daraus ein funktionierendes Geschäftsmodell zu machen, verfliegt die Idee wieder. Doch das ist schade! Deshalb ruft die Hilfgemeinschaft einen

Ideenwettbewerb ins Leben! Wenn es etwas gibt, das Sie beschäftigt, wenn Sie eine Idee haben, aber nicht wissen, wie Sie diese umsetzen können, dann wenden Sie sich an uns! Wenn Sie ein Problem identifiziert haben, für das es eine Lösung geben sollte und Sie meinen, diese gefunden zu haben – dann sind Sie damit bei uns an der richtigen Stelle! Wir sammeln die Ideen und eine Jury prämiert die besten drei Einsendungen. Wenn eine Idee dabei ist, die mit den Experten der Hilfgemeinschaft verwirklichtbar scheint, dann setzen wir dazu ein Projekt auf. Wir freuen uns auf viele verschiedene Gedanken und Lösungsansätze! ■

Braille-Unterricht in der Covidzeit

Ein Bericht aus dem Alltag einer Lehrerin

Timea Acs

Mitte März 2020 ist Covid-19 Teil unseres Alltags geworden. Alle Freizeitgruppen der Hilfsgemeinschaft sind dadurch leider ausgefallen, so auch der Braille-Kurs. Ich bin seit zwei Jahren ehrenamtliche Braille-Trainerin der Hilfsgemeinschaft und wollte nicht, dass die Trainingseinheiten der Schüler für unbestimmte Zeit ausfallen.



Freiwillige Mitarbeiterin und Mitglied Timea Acs beim Unterrichten der Braille-Kurzschrift.

Foto: Andreas Zehetgruber

Braille zu erlernen ist nicht ganz einfach und braucht zu Beginn viel Übung. Wir haben eine interne Whatsapp-Gruppe zum Austausch, hier habe ich im März Folgendes gepostet: „Mache gerne weiter, für Voll- und Kurzschrift!“.

Online-Unterricht

Alle freuten sich über meine Initiative, und so wurde der Braille-Unterricht in der Covidzeit geboren. Wir haben Anfang April gestartet, also seit Ostern 2020 läuft das ganze Programm online. Der Unterricht läuft per WhatsApp in Form von Gruppentelefonaten. Es können mehrere Leute gleichzeitig daran teilnehmen. Alle haben dieselben Arbeitsbücher, die Aufgabe ist das Koordinieren der Termine und anleiten der Einheit.

Ein großer Vorteil ist zum Beispiel, dass die Schüler und Schülerinnen keinen Stress wegen der Anfahrt haben. Alle starten von zu Hause aus, sie lernen in der Küche, am

Tolle Eigeninitiative!

Tisch oder gemütlich auf der Couch liegend. Nach

der Einheit können sie gleich mit Alltäglichem weitermachen. Die neue Flexibilität (die auch Vorteile bringt) war am Anfang aber auch eine Herausforderung: jeder wollte den für sich besten Zeitpunkt für den Online-Kurs bestimmen, aber wir haben es immer geschafft, einen gemeinsamen Termin zu finden. Jetzt machen wir immer gleich nach der Einheit einen Termin für die nächste aus. Von den Rückmeldungen meiner Gruppen kann ich berichten, dass die Schüler und Schülerinnen die Idee gut angenommen haben und für die Möglichkeit dankbar sind: „Ohne den Online-Kurs hätten wir viel vergessen können!“, erzählen sie.

Voll- und Kurzschrift

Seit Mitte Oktober 2020 führen wir den Kurs quasi aufgeteilt: die Vollschrift-Schüler sind bei meinen Kollegen und ich habe die Kurzschrittlern. Sie schicken mir die Schreibübungen per Post.



Auch im elektronischen Zeitalter ist Brailleschrift unverzichtbar

Foto: Shutterstock/New Africa

Nachdem ich die Schreibübungen kontrolliert habe, bespreche ich die Fehler mit ihnen und schicke sie weiter an unseren Kursleiter Gerhard Bruckner, damit er unsere Arbeit auch mitverfolgen kann. Der Unterschied zwischen Braille-Vollschrift und Kurzschrift ist sehr komplex, aber kurz gesagt: wer Vollschrift nicht beherrscht, kann auch keine Kurzschrift lernen. In der Kurzschrift kann ein Buchstabe für ein gesamtes Wort stehen, wie

zum Beispiel der Buchstabe A „aber“ oder „alle“ bedeuten kann.

Ich hoffe, dass wir uns bald wieder in der Hilfsgemeinschaft treffen können, ich vermisse die gemeinsamen Stunden vor Ort. Es ist einfach etwas anderes, sich persönlich zu sehen und über Privates zu sprechen. Ich freue mich dennoch sehr, dass wir zumindest online weitermachen können und gemeinsam Spaß haben! ■

Neues Angebot: Online-Braille-Kurs

Seit langer Zeit werden von der Hilfsgemeinschaft Blindenschriftkurse abgehalten. Aufgrund der veränderten Situation durch die Corona-Pandemie möchten wir Ihnen in Zukunft die bewährten Braille-Kurse nun auch österreichweit als Online-Fernkurs anbieten. Die Brailleschrift ist damit bequem und sicher von Zuhause erlernbar.

Der Kurs findet virtuell mittels einer Video- oder Audio-konferenz bei Ihnen Zuhause statt. Mit Skype, WhatsApp, Google Duo oder ähnlichen kostenlosen Programmen können Lehrer und Schüler von Zuhause aus das Lernprogramm bewältigen. Der Fernkurs wird für alle Mitglieder der Hilfsgemeinschaft kostenlos angeboten.

Bei Interesse kontaktieren Sie bitte **Fritz Kirchner**, per Telefon 0664/89 10 850 oder E-Mail: kirchner@hilfsgemeinschaft.at.



AUGust ist für alle da!

Unser freundlicher Maulwurf beantwortet Fragen und gibt Tipps

Wir haben es derzeit alle nicht leicht! Die Pandemie und die damit verbundenen Veränderungen im Alltag sind für viele belastend. Vor kurzem wurde ich nach einem Tipp gefragt, wie man es schaffen könnte, trotz vieler beunruhigender Nachrichten optimistisch zu bleiben?

Frag nach bei AUGust:

Ich selbst bin ja ein fröhliches Kerlchen, aber selbst ich spüre, dass die Zeiten besonders belastend sind. Es ist also nicht verwunderlich, wenn immer mehr Menschen nach Unterstützung fragen. Viele fühlen sich überlastet, traurig, einsam. Manche klagen darüber, dass sie schlecht schlafen und sich tagsüber schwertun, die anfallenden Aufgaben zu erledigen. Die einen leiden unter den vielen beunruhigenden Nachrichten und sind eher traurig. Die anderen merken an sich selbst – oder an den Menschen in ihrer Umgebung – steigende Aggressivität. Was also kann man tun?

Wenn du Fragen hast oder einen nützlichen Tipp für den Alltag brauchst, schreibe bitte an august@hilfsgemeinschaft.at – ich freue mich schon auf deine E-Mail!

AUGusts Tipp:

Wir alle brauchen einfach viel Geduld! Seid liebevoll zu euch und den anderen! Nehmt hin, dass ihr jetzt nicht so funktioniert wie gewohnt. Lenkt eure Aufmerksamkeit auf schöne Kleinigkeiten und Freuden, die es auch jetzt gibt! Und wenn ihr professionelle Hilfe braucht, dann scheut euch nicht, diese anzunehmen! Meine Kollegin Petra Wrba bietet entlastende Gespräche und gesundheitspsychologische Beratung an, sie macht das toll! Ich finde ja sowieso, reden hilft immer!

Bei Interesse an einem kostenlosen Erstgespräch melde dich einfach bei **Petra Wrba**,
Tel. 0660/70 80 660,
E-Mail: wrba@hilfsgemeinschaft.at.

Menschen brauchen Menschen

Finanzberatung mit hohem Anspruch

Helga Bachleitner

Ein neues Angebot für die Mitglieder sowie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hilfgemeinschaft ist eine unabhängige Finanzberatung. Was man darunter versteht und für wen dieses Angebot ist, erklärt Sabine Doubek-Intzes im Interview.

Frau Doubek-Intzes, Sie sind Vermögensberaterin.

Was machen Sie genau?

Ich informiere, unterstütze und begleite Menschen in allen finanziellen Fragen. Ich bin sozusagen die Hausärztin in finanziellen Angelegenheiten. Ich zeige Menschen Möglichkeiten auf, wie sie ihre Ausgaben senken und ihre Einnahmen erhöhen können, und bei 8 von 10 Kunden erzielen wir langfristig einen finanziellen Vorteil von 500 Euro oder mehr pro Jahr!

Das klingt ja interessant, aber was bedeutet Vermögensberatung für jeden? Muss ich dafür nicht ein Vermögen haben?

Nein. Unserem Gründer Dr. Reinfried Pohl war es von Anfang

an wichtig, Menschen aller Bevölkerungsschichten zu helfen, die richtigen finanziellen Entscheidungen zu treffen.

Wie funktioniert das in der Praxis?

Unser Ziel ist eine vertrauensvolle Partnerschaft mit den Menschen, und die erreichen wir mit den folgenden fünf Schritten. Im ersten Schritt, der Analyse, nehme ich die Ist-Situation und die

Unverbindliches Erstgespräch

Wünsche und Ziele der Menschen auf. Im zweiten Schritt

werte ich die Angaben aus und erstelle eine Vermögensplanung mit Qualitätssiegel, die ich im dritten Schritt, der Beratung, detailliert vorstelle. Im vierten Schritt kommt es zur Umsetzung der Vermögensplanung. Und der fünfte Schritt ist die dauerhafte Partnerschaft, weil Vermögensberatung keine einmalige Sache, sondern ein Dauerauftrag ist.



Sabine Doubek-Intzes und Gerhard Formann freuen sich auf viele Anfragen!

Foto: Regina Mihal



Das gute, alte Sparschwein hat wohl ausgedient

Foto: Pixabay/James Cube

Was kostet so eine Beratung?

Wir sind von unserem Konzept so überzeugt, dass wir für unsere Beratung kein Geld verlangen. „Unsere Bezahlung“ besteht in der Weiterempfehlung zufriedener Kunden. Wir gewinnen unsere Kunden ausschließlich über persönliche Kontakte und Weiterempfehlung zufriedener Kunden. Und da sprechen wir aktuell von 8 Millionen Kunden im deutschsprachigen Raum.

Sie bieten ja jetzt eine Sprechstunde in der Hilfgemeinschaft an. Wie ist es dazu gekommen?

Ich habe Gerhard Formann, der selbst ein Betroffener ist und sein

Büro in der Hilfgemeinschaft hat, vor knapp einem Jahr bei einer Netzwerkveranstaltung kennengelernt, und seit über 6 Monaten feilen wir gemeinsam an diesem Projekt. In vielen Besprechungen, auch mit den Vorständen der Hilfgemeinschaft, haben wir die Idee der Sprechstunde geboren. Sie ist sowohl für Mitglieder, Mitarbeiter und freiwillige Mitarbeiter sowie deren Freunde und Familien offen. Gerhard Formann übernimmt die Terminkoordination, er ist der Ansprechpartner vor Ort.

Uns ist der persönliche und unmittelbare Kontakt zu den Menschen enorm wichtig, und gerade in

der jetzigen Situation hat unsere zentrale Botschaft „Menschen brauchen Menschen“ mehr Gültigkeit denn je. Vielen Dank für diese Informationen!

Die Hilfgemeinschaft ermöglicht dieses Angebot gerne allen Interessierten, weist aber darauf hin, dass es sich hierbei um eine von der Hilfgemeinschaft unabhängige Dienstleistung, die in der Verantwortung der Beratung und des Kunden liegt, handelt.

Kontakt für Terminvereinbarung:

Gerhard Formann,

Tel. 01/330 35 45–67,

E-Mail: Gerhard.formann@hilfsgemeinschaft.at

Achten Sie auf Ihren Blutdruck!

Sprechendes Blutdruckmessgerät für Oberarm und Handgelenk

Verena Mayrhofer

Die letzten Monate waren für uns alle mehr als aufregend. Umso wichtiger ist es, auf den Blutdruck zu achten, vor allem wenn schon eine bekannte Veranlagung vorliegt.

Einfache Handhabung

Mit dem sprechenden Blutdruckmessgerät liefert die Firma Beurer einen wichtigen Helfer für blinde und sehbehinderte Menschen. Zur Option stehen

zwei Blutdruckmesser: das etwas kleinere Gerät für das Handgelenk und außerdem ein etwas Größeres mit XL-Display für den Oberarm. Beide bestechen durch ein weiß beleuchtetes Display und deutliche Sprachausgabe mit regulierbarer Lautstärke. Zusätzlich sind die Messergebnisse nach einer farbigen Skala eingestuft und weisen deutlich Risikofaktoren auf. Auch vor einer möglichen Herzrhythmusstörung wird gewarnt.



Erhältlich im Hilfsmittel-Shop der Hilfsgemeinschaft

Foto: Bachleitner

Funktionen

Im Lieferumfang enthalten sind Batterien und eine Manschette (22–36 cm Oberarm, 14–19,5 cm Handgelenk).

- Mit integriertem Lautsprecher
- Vollautomatische Blutdruck- und Pulsmessung
- Lautstärke regelbar, Sprache ausschaltbar
- Durchschnitt aller gespeicherten Messwerte
- Durchschnitt Morgen- und Abendblutdruck der letzten 7 Tage
- 2 x 60 Speicherplätze
- Risiko-Indikator
- Arrhythmie-Erkennung
- Datum und Uhrzeit / Abschaltautomatik
- Meldung bei Anwendungsfehlern
- Batteriewechselanzeige
- Aufbewahrungstasche

Bei Interesse schauen Sie in unserem Hilfsmittel-Shop vorbei und lassen sich beraten. ■

Gehirn-Jogging

Viel Spaß mit den folgenden Übungen

1. Verdrehte Wort-Verbindungen

Suchen Sie zu jedem Wort im Raster das passende Verbindungswort. Diese sind alle unten im Kasten zu finden. Leider stimmt dort aber weder die Reihenfolge der Wörter noch die der Buchstaben.

HAND – BETT –
 WIND – SING –
 ZAUN – WELT –
 HOLZ – ZAHN –
 BADE –

LTATE AUZNG RISEE KPOF STNAD
 DCKEE SEIPL REDÄR PSATA

2. Zahlen-Nachbarn

Immer, wenn zwei schräg übereinander versetzte Zahlen die Summe 11 ergeben, sollen Sie einen Rahmen um diese beiden Zahlen ziehen.

6 2 8 7 3 5 8 6 4 3 7 2
 9 1 7 8 5 5 3 7 4 6 8 4
 6 7 5 3 6 9 7 2 6 5 7 8
 7 2 9 4 8 6 9 4 7 3 8 3
 3 2 8 6 7 5 6 8 8 4 7 2
 4 3 6 5 6 8 2 7 2 6 9 2
 5 8 5 4 7 9 6 3 9 6 7 2
 3 4 6 3 5 3 8 7 9 5 8 5
 9 2 6 6 5 8 7 2 4 5 8 2
 5 7 2 9 5 4 5 8 5 3 5 3

3. Zeichen-Kombinationen suchen: Km

Kontrollieren Sie Zeile für Zeile aufmerksam und so rasch wie möglich. Immer, wenn Sie die beiden Zeichen finden, unterstreichen Sie diese.

KMdCeKMeKmCmCKmReKdRMsCKKm mRGHK
 KmKlvKMRsGdKmeLMGMRKMGe KmNMKmCL
 maKmeKMgelgtSKMrsge kdGeRkmgemKmgReeG
 mKmeGkgejM mKMLwmKmKMgeLmkLvKmRmd
 KMGe GeCeGKMeRRKmLmGCKMdReGmCLGSd
 DmeRMGLGMLGSkaKmMGmSKmDmK seKMmsK
 mRLKMGesrKmgdmgeKgd KMedRLCKmKMGM
 GoKmeGmKlvkm GtLMKmCLGmeMGMRSKmD
 GKIGeCNe TGeLGemeGhKmkItSDzinmekrmKmc
 MkemKmgtsKmeCKMdRGeCKmGHKg

Km kommtmal vor

Quelle: Mental aktiv

Lösungen auf Seite 24

Gedächtnistraining

Im Beratungszentrum der Hilfgemeinschaft wird regelmäßig ein heiteres Gedächtnistraining angeboten. Termine finden Sie unter www.hilfsgemeinschaft.at/kalender.

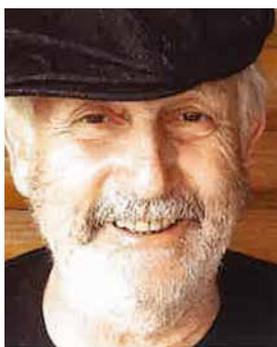
Ratgeber

Wenn die Sehkraft nachlässt

Helga Bachleitner

Ernst Horat hat aus der Sicht eines Betroffenen einen Ratgeber geschrieben. Der Autor, in der Schweiz lebend, beschreibt diesen selbst so: „ein problemorientierter Ratgeber für sehbehinderte Menschen, erarbeitet aufgrund der Erfahrungen im Alltag eines Betroffenen. Mit Adressen kompetenter Selbsthilfegruppen in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Mit einem Nachwort der blinden Hauskatze Charlie“.

Ernst Horat schildert eindrücklich, wie er aufgrund von Thrombosen tatsächlich über Nacht den Großteil seiner Sehkraft verloren



**Autor
Ernst
Horat**

Foto: privat

hat. Wie er damit umzugehen gelernt hat, was hilfreich war und was nicht. In 15 Kapiteln widmet sich der gelernte Journalist den durch die Sehbehinderung entstehenden Problemen und deren Bewältigung. Neben sachlichen Aspekten wie der Neuorganisation des Haushalts und dem Nutzen diverser Hilfsmittel werden auch die emotionalen und sozialen Herausforderungen offen angesprochen.

Zum Autor

Ernst Horat, geboren 1940, wuchs in Entlebuch in der Schweiz auf. Er arbeitete 10 Jahre als Redakteur, später als PR-Berater, Ghostwriter und als Leiter von Schreibseminaren. Malen, Zeichnen, Wandern, Lesen und Schreiben waren und sind seine Interessen, die er aufgrund der Sehbehinderung nun nur noch eingeschränkt oder angepasst an die Möglichkeiten ausüben kann. ■



**Ernst Horat,
Wenn die Sehkraft nachlässt
Erhältlich im Buchhandel**

**ISBN Paperback:
978-3-347-10293-4
Preis: ca. 15 Euro
ISBN Hardcover:
978-3-347-10294-1
Preis: ca. 19 Euro
ISBN e-Book:
978-3-347-10295-8
Preis: ca. 9,90 Euro**

Gehirn-Jogging

Lösungen von Seite 23

- 1. Verdrehte Wort-Verbindungen**
1. HAND-STAND, 2. WIND-RÄDER,
3. ZAUN-LATTE, 4. HOLZ-KOPF,
5. BADE-ANZUG, 6. BETT-DECKE,
7. SING-SPIEL, 8. WELT-REISE,
9. ZAHN-PASTA

- 2. Zahlen-Nachbarn:**
- 17-mal

- 3. Zeichenkombination:**
- 25-mal

Nadel und Zwirn

Lisa Rathmanner ist Schneiderin aus Leidenschaft

Helga Bachleitner

Zwirn einfädeln, Knopf annähen, einen Rock säumen – das sind Tätigkeiten, die mit einer Sehbehinderung schwerfallen. Für eine gelernte Schneiderin stellen sie kein Problem dar, doch viele scheuen sich, mit „solchen Kleinigkeiten“ in eine Schneiderei zu gehen. Lisa Rathmanner bietet den Mitgliedern der Hilfsgemeinschaft kleine Änderungen und Reparaturen zu moderaten Preisen an.

Die junge Schneiderin steht ab sofort jeden Montag am Standort Floridsdorf zur Verfügung: „Gerne kann man mich am Montag zwischen 14 Uhr und 17 Uhr im Standort Floridsdorf erreichen.

Voranmeldung ist keine notwendig, man kann mich aber gerne bei etwaigen Fragen dazu vorher kontaktieren. Bitte die zu bearbeitenden Sachen gleich mitnehmen. Der Leistungsumfang und die Kosten werden vorher gemeinsam besprochen“, erklärt Rathmanner.

Preisbeispiele

- Hosen kürzen zwischen 12 (Jeans) und 25 Euro (Anzug mit Stoßband, handgesäumt)
- Ärmellänge bei Sakko oder Jacke zwischen 18 und 55 Euro

Kontakt und Info

Lisa Rathmanner,
Tel. 0660/75 76 708,

www.reworked-vienna.com,

E-Mail: lisa@rathmanner.eu

Montag am Standort Floridsdorf,
14:00–17:00 Uhr,

Dienstag bis Samstag im Atelier,
Webgasse 12, 1060 Wien,
10:00–18:00 Uhr ■



Lisa Rathmanner freut sich auf Ihre Aufträge!

Foto: privat

REWORKED

Änderungsservice

Das Lieblingsteil passt nicht mehr oder das neue Hemd hat einfach zu lange Ärmel? Kein Problem!

Jeden Montag von 14 - 17 Uhr biete ich euch Änderungen aller Art am Standort Floridsdorf, der Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen, in der Schlossofer Straße 2-6 im 2. Stock

Bei Fragen bin ich gerne unter 0660/7576708 erreichbar. Komm mich doch auch in meiner Schneiderei in der Webgasse 12, 1060, besuchen!

lisa@rathmanner.eu

www.reworked-vienna.com



Jahresrückblick 2020

Gelebte Gemeinschaft in Zeiten von Corona

Birgit Ofenböck

Wir blicken auf ein Jahr zurück, das uns allen viel abverlangt hat. Die Corona-Zeit ist an niemandem spurlos vorübergegangen.

Das hielt uns in der Waldpension jedoch nicht davon ab, gemeinschaftlich zu leben und das Beste aus der Situation herauszuholen. Zusätzlich zu den vielen Hygienemaßnahmen und Anpassungen im laufenden Betrieb, die immer wieder in kürzester Zeit umgesetzt wurden, versuchen wir für alle

Bewohner ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm zu gestalten.

Grenzenlose Kreativität

Durch vermehrte Telefonate versuchten Angehörige, ihren Lieben nah zu sein. So manch einer war aber noch kreativer und kam, bewaffnet mit Block und Filzstift, in die Waldpension. So wurden liebevolle Botschaften groß auf Zettel geschrieben und ans Fenster gehalten.

Herausforderungen
kreativ
bewältigt

Andere wiederum führten Balkongespräche durch.

Während die Angehörigen rund um das Haus standen, waren unsere Bewohner vom Balkon aus bereit für nette Gespräche. So war der Trennungsschmerz nur noch halb so groß.

Freude schenken

Der Alltag in der Waldpension wurde aber noch bunter. Viele Kinder malten und bastelten wunderschöne Bilder und Collagen. Auch Origami-Kunstwerke waren dabei. Diese wurden im ganzen Haus verteilt und bereiteten allen Bewohnern große Freude. Vor Weihnachten erreichte uns wieder ein Überraschungspaket an Weihnachtskarten und herrlich gestalteten Bildern von der Volksschule Schottwien. Die Freude darüber war unglaublich groß!

Wohltuende Ideen

Was macht man, wenn der Friseur nicht kommen kann? Die erfreuliche Lösung für diese Misere hatten zwei Mitarbeiterinnen der Waldpension: An einigen Tagen wurden beim „Wohlfühl-Service“ für unsere Bewohner die Haare



Open-Air- Konzert zu Ostern

Foto: Waldpension



Liebevolle Botschaften nach „draußen“

Foto: Waldpension

Sorgfalt und Sicherheit

Foto: Waldpension



gewaschen, geföhnt und gestylt. Denn fühlt man sich wieder wohler, wirkt sich das auch positiv auf das Gemüt aus.

Musik, die Liebe Ausdruck verleiht

Trotz Distanz wurde in der Waldpension ein Weg gefunden, über Musik miteinander in Verbindung zu treten. Vielen Dank an Bernhard und Gabriella Putz, die ein Konzert im Freien gegeben haben, um unseren Bewohnern etwas Gutes zu tun. So konnten die Fenster geöffnet oder vor dem Haus Platz genommen werden, um der schönen Musik zu lauschen. Alle waren begeistert! Es war eine willkommene Abwechslung.

Aktionswochen 2021

Wir sind guter Dinge und hoffen, im neuen Jahr unsere allseits beliebten Aktionswochen anbieten zu dürfen!

Gute Unterhaltung

Wir bieten Ihnen zu unserem ohnehin sehr umfangreichen Ganzjahresprogramm ganz besondere Highlights an wie beispielsweise Konzerte und gemeinschaftliche Feiern.

Entspannung und Gastfreundlichkeit

Erholungssuchende können abseits vom Alltagsstrott einen unbeschwerten Urlaub genießen. Lassen Sie sich entführen in eine Welt besonderer Gastfreundschaft, hausgemachter Köstlichkeiten und einem liebevoll gestalteten, bunten Programm.

Abhol- und Gepäckservice

Sie haben keine Möglichkeit, in die Waldpension zu kommen? Wir organisieren gerne an den An- und Abreisetagen für die Aktionswochen Ihre Abholung (innerhalb von Wien, Abweichungen nach Vereinbarung). Somit können Sie einem unbeschwerten Urlaub entgegenblicken.

■ Fasching

Donnerstag, 11.2.2021 – 4.3.2021

■ Ostern

Donnerstag, 1.4.2021 – 22.4.2021

■ Sommernode

Donnerstag, 3.6.2021 – 24.6.2021

■ Goldener Herbst

Donnerstag, 14.10.2021 – 4.11.2021

■ Flohmarkt

Samstag, 16.10.2021
von 9:00 bis 16:00 Uhr

Sie haben Lust auf einen Urlaub bekommen? Für genauere Programmauskünfte können Sie sich sehr gerne an die Waldpension wenden: Tel. 02644/85 51-0.

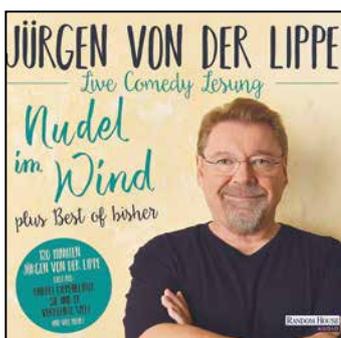
Wir freuen uns, wenn wir Sie bei uns begrüßen dürfen! ■

Unsere Mitglieder sind uns wichtig!

Darum sparen Ordentliche und Fördernde Mitglieder der Hilfsgemeinschaft und deren Begleitpersonen 100 Euro bei Buchung eines 3-wöchigen Aufenthaltes lt. ausgewiesenen Aktionswochen.

Heiteres und Spannendes

Lachen und rätseln zur Entspannung



Nudel im Wind

Jürgen von der Lippe

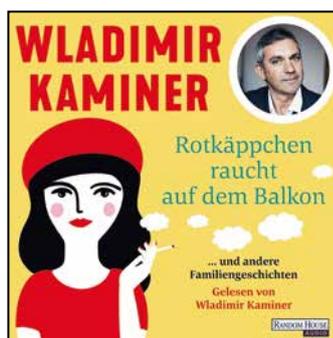
Live-Mitschnitt einer Comedy-Lesung des beliebten Moderators. Jürgen von der Lippe, Jahrgang 1948, ist seit Jahrzehnten als erfolgreicher Comedian und Moderator auf Bühnen und im Fernsehen unterwegs. Seine Bücher und Hörbücher stürmen die Bestenlisten, zuletzt sein Roman „Nudel im Wind“. Passagen aus dieser Medienkrimi-Satire sowie ausgewählte Stellen aus früheren Büchern ergeben mehr als 2 Stunden heitere Unterhaltung.

2 CD

Laufzeit: ca 2 Std. 11 Min

Preis: EUR 10,30

www.derhoerverlag.de



Rotkäppchen raucht auf dem Balkon

Wladimir Kaminer

Für Wladimir Kaminer birgt das Miteinander der Generationen Stoff für hinreißende Geschichten voller Humor und Herz. Verstehe einer die Kinder. Oder die Großeltern. Die einen werden erwachsen, kaufen sich Leitz-Ordner für Handyverträge und schwören dem billigen Fusel ab, der gestern noch zu jeder Party gehörte. Die anderen haben eine kindliche Freude daran, die Welt neu zu erobern und ihre Grenzen auszuloten.

2 CD

Laufzeit: ca. 2 Std. 8 Min

Preis: EUR 20,60

www.derhoerverlag.de



Mord auf dem Golfplatz

Agatha Christie

Hercule Poirot ermittelt in seinem zweiten Fall. Hercule Poirot kommt zu spät! Kaum erreicht ihn ein Hilferuf von Paul Renaud aus Frankreich, macht er sich mit Colonel Hastings sofort auf den Weg. Doch findet er nur noch die Leiche des Gutsbesitzers auf dem Golfplatz — mit einem Messer im Rücken. Poirot wäre nicht Poirot, würde er nicht bald der Polizei einen Mörder präsentieren. Doch ist der Fall damit gelöst?

6 CD

Laufzeit: ca. 6 Std. 56 Min

Preis: EUR 12,40

www.derhoerverlag.de

Ausgezeichnetes und Abgründiges

Die Hörspiele im März auf Ö1

Samstag, 6. März, 14:00 Uhr Track 5

Das Ö1 Hörspiel

Über 250 Kurzhörspiele wurden diesmal für den Ö1 Kurzhörspielwettbewerb „Track 5“ eingereicht. Höchstens fünf Minuten durften die Stücke sein, ein selbstaufgenommenes Geräusch und den Satz „Was wirklich geschah“ mussten sie beinhalten. Die von einer Jury gekürten Siegerprojekte wurden im Rahmen der Ö1 Hörspiel-Gala am 26. Februar prämiert und werden wie auch andere beispielhafte Einreichungen in diesem „Hörspiel-Magazin“ präsentiert.

Samstag, 13. März, 14:00 Uhr „kasperl am elektrischen stuhl“

Konrad Bayer

Humor zeichnet Bayers Stück „kasperl am elektrischen stuhl“ aus. Dazu kommen Melancholie und Aberwitz – Kulturtechniken, die der Philosoph und Schriftsteller Franz Schuh beherrscht. Die Figuren dieses Sprechtheaters zeigen sich zunehmend von ihrer eigenen Sprache überwältigt und entgleiten ihr – oder umgekehrt?

Franz Schuh ist in dieser Hörspielfassung in allen Rollen zu erleben.

Samstag, 20. März, 14:00 Uhr „zu nahe“

Elisa Minth

Die Zwillingsschwestern Viktoria und Friedhelmine gleichen sich weder äußerlich noch in ihren Persönlichkeiten, und auch ihre Lebenswege führen sie in unterschiedliche Richtungen, und doch sind sie scheinbar unlösbar miteinander verbunden. Was heißt es, sich als „wir“ zu begreifen und erst in zweiter Linie als eigenständige Persönlichkeit? Was tun, wenn man merkt, dass Nähe zu nahe ist? „Du bist so schrecklich präsent in mir“, wird in diesem Hörspiel von Elisa Minth eine Schwester zur anderen sagen und den Versuch unternehmen, aus der lebenslangen, für sie zu nahen Beziehung zu entkommen.

Samstag, 27. März, 14:00 Uhr „Drinne, bei mir, bin ich sehr traurig.“ Joseph Roth“

Helmut Peschina

Man kennt seine Schriften, aber kaum seine Lebensgeschichte.

Der Joseph-Roth-Kenner und Hörspielautor Helmut Peschina hat für Ö1 aus Originalquellen ein biografisches Joseph-Roth-Hörspiel verfasst, das Roths Lebensgeschichte erzählt und ein besseres Verständnis seiner Werke ermöglicht. Anders als im dokumentarisch verpflichteten Feature wird im Hörspiel die „innere Wahrheit“ Roths deutlich.

Kurzfristige Programmänderungen sind möglich. Mehr Informationen zu den Hörspielen auf Ö1 unter: <http://oe1.orf.at/hoerspiel> ■



Treffpunkte

Virtuelle Veranstaltungen sind möglich

Helga Bachleitner



Tec4All-Treffen

Die beliebten Informationsrunden für alle Technik-Interessierten finden nun schon seit einiger Zeit und bis auf weiteres virtuell per Zoom statt. Die geplanten Termine für dieses Jahr:

■ **2. März, 13. April, 18. Mai und 22. Juni 2021**

jeweils Dienstag, um 17:00 Uhr, der Link zum Meeting wird einen Tag vorher per Mail verschickt: Für technische Fragen bzw. die Einrichtung von Zoom auf PC oder Smartphones steht das

Team von Tec4All zur Verfügung. Anmeldung unbedingt erforderlich, um die Zugangsdaten zusenden zu können!

Kontakt: Daniele Marano,
E-Mail: marano@hilfsgemeinschaft.at und **Eva Papst**,
E-Mail: info@eva-papst.at

Bezirksgruppen

Die Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs informiert im Rahmen von regelmäßigen Bezirksgruppen-Treffen

über kostenlose Beratungsleistungen für Menschen mit Sehbeeinträchtigungen. Derzeit können die beliebten Bezirksgruppen leider nicht wie gewohnt stattfinden.

Wenn Sie aber Interesse an einer telefonischen Beratungsgruppe, einer Bezirksgruppe im Rahmen einer Telefonkonferenz haben, melden Sie sich bei Bezirksgruppenleiter **Hubert Wagner**,
Tel. 01/330 35 45–83,
E-Mail: wagner@hilfsgemeinschaft.at ■

Foto: Unsplash/Chris Montgomery

Summit Solutions – digital und effizient.

Wir sind die **digitalen Unternehmensoptimierer** in Österreich. Wir unterstützen KMU und Einzelunternehmer*innen, **insbesondere Sehschwache und Blinde**, mit EDV-Lösungen, die den digitalen Alltag erleichtern.

Unsere Leistungen sind:

- IT-Betreuung,
- E-Mail- und Office-Lösungen,
- IT-Sicherheit, Absicherung der Geräte sowie
- Onlineshops und optimierte Websites für Blinde und Sehschwäche.



Kontaktiere uns für ein kostenloses Erstgespräch!
www.summitsolutions.at

Wir sind für Sie da

Kommen Sie mit Ihrem Anliegen zu uns

Helga Bachleitner

Unser Beratungszentrum hat geöffnet, gerne kümmern wir uns um Sie! Wenn ein persönlicher Termin erforderlich ist, vereinbaren Sie bitte unbedingt vorab einen Termin. Wir sind aber auch per Telefon, per Mail oder Skype für Sie erreichbar.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Beratung stehen wie gewohnt zur Verfügung. Tel. 01/330 35 45–44 oder per E-Mail: beratung@hilfsgemeinschaft.at

Aktuelle Informationen

Hinweise zu den aktuellen Angeboten finden Sie auf unserer Website www.hilfsgemeinschaft.at

Wenn Sie gerne das Internet nutzen, melden Sie sich für unseren elektronischen Newsletter an! Damit erhalten Sie regelmäßig aktuelle Informationen aus der Hilfsgemeinschaft. www.hilfsgemeinschaft.at/newsletter

Anfragen

Wenn Sie einen Besuchsdienst wünschen, eine Begleitung für wichtige Wege brauchen oder jemand, der für Sie einkaufen geht, wenden Sie sich bitte an unsere Freiwilligenkoordination: Tel. 01/330 35 45–37 oder 38, E-Mail: marschuetz@hilfsgemeinschaft.at, maximilian.reutterer@hilfsgemeinschaft.at



Fiona und Chris zeigen, wie Begleitdienst derzeit aussieht

Foto: Hilfsgemeinschaft

Impressum

Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs, Jägerstraße 36, 1200 Wien. Tel. 01/330 35 45–0, Fax DW 11, ZVR-Nummer: 075310318; Chefredaktion: Helga Bachleitner, DW 82, bachleitner@hilfsgemeinschaft.at; Anzeigen: Gerhard Formann, Tel. 01/330 35 45 – 67, gerhard.formann@hilfsgemeinschaft.at; Druck: Druckerei Berger, www.berger.at, Grafische Gestaltung: Egger & Lerch Corporate Publishing, www.egger-lerch.at

Ausgabe April/Mai 2021: Anzeigenschluss: 29. März 2021, Druckunterlagenchluss 7. April 2021, Erscheinungstermin 21. April 2021

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns gespeichert und weiterverarbeitet. Ein sorgsamer und verantwortungsbewusster Umgang mit Ihren Daten ist uns wichtig. Datenschutzrechtliche Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf unserer Website www.hilfsgemeinschaft.at/datenschutzerklaerung und unter der kostenlosen Hotline 0800 400 610.

Dem **Vorstand des Vereins** gehören an: Dr. Elmar Fürst (Vorsitzender), Mag. Klaus Höckner. Grundlegende Richtung im Sinne § 24 Abs. 4 Mediengesetz: **Mildtätige Förderung blinder und sehbehinderter Menschen in Österreich im Sinne einer gleichberechtigten und barrierefreien Lebensgestaltung.**

Aus Gründen der Lesbarkeit wird auf geschlechtsspezifische Termini verzichtet. Nachdruck (auch auszugsweise) nur unter Angabe der Quelle.



Das Österreichische Umweltzeichen für Druckerzeugnisse, UZ 24, UW 686
Ferdinand Berger & Söhne GmbH.



VIDEBIS

www.videbis.at

Der Milestone 312 ACE ist ab sofort mit einer Wi-Fi Funktion ausgestattet!

Der Milestone 312 ACE-Wi-Fi begeistert durch die Integration von WLAN und Bluetooth durch eine enorme Funktionalität, integriert im gewohnten Milestone Gehäuse.

Upgrade für Ihren Milestone 312 ACE:

Snd Sie BesitzerIn eines Milestone 312 ACE und möchten diesen mit der Wi-Fi Funktion upgraden?

Gerne beraten wir Sie!

**NEU
MILESTONE
312 ACE
WI-FI**



Die elektronische Lupe, die Ihnen jeden Text **VORLIEST**: Compact 10 HD

SICHERE AN- UND ABREISE ZUR VIDEBIS ZENTRALE
auch bei schlechtem Wetter!



BESUCHEN SIE UNS MIT

