

# sichtweisen

69. Jahrgang ♦ 5 | 2024

Magazin der Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs



## Todesfalle Verkehr?

Sicherheit im  
Straßenverkehr S. 6

## Lebensnotwendig

Funktionstüchtige  
akustische Ampeln S. 8



**Hilfsgemeinschaft**  
der Blinden und Sehschwachen Österreichs

# Inhalt



## Fokus

### 4 **Gebraucht und günstig**

Hilfsmittelflohmarkt

### 5 **Klartext**

Elmar Fürst über  
Maßnahmen zur  
Verkehrssicherheit

### 6 **Todesfalle Verkehr?**

Sicherheit im  
Straßenverkehr

### 8 **Lebensnotwendig**

Funktionstüchtige  
akustische Ampeln

### 10 **Neues Gesetz**

WACA-Zertifikat wird  
immer wichtiger



6



## Freizeit

### 11 **Golf für alle**

Vision Cup 2024

### 12 **Foto-Workshop**

Bericht aus Bad Goisern

### 14 **Unterwegs in Wien und Kurzmeldung**

Bezirksgruppe Krems und  
Hochzeit Elisabeth Schwalm

### 16 **Barrierefreier Arbeitsplatz**

Leseplatz in der  
Parlamentsbibliothek

### 17 **Ausblick**

Veranstaltungen im Oktober,  
November und Dezember

### 18 **Komm zu uns!**

Freizeitangebot in Linz



## Spenden

### 19 **Erinnerung, die bleibt**

Dank an unsere Kranzspender

### 20 **Noch einmal geträumt**

Wunscherfüllung in der  
Spanischen Hofreitschule



12



## Service

### 22 Einsamkeit

Die Waldpension bietet Abhilfe

### 24 Schöne Adventzeit

Unser Hilfsmitteltipp

### 25 Gehirn-Jogging

Regelmäßiges Training wirkt

### 26 Neue Kriminalfälle

Unsere Hörbuchtipps

### 27 Philosophisches

Die Ö1 Hörspieltipps

### 28 Selbsthilfegruppe

Fachvortrag Glaukom

### 29 AUGust ist für alle da!

Was ist ein Alt-Text?

### 30 Gepolstert sein

Moderner Tanz

### 31 ÖAMTC Themenseite Impressum



## Editorial

### Liebe Leserinnen, liebe Leser,

seit Dezember 2020 bin ich für die sichtweisen verantwortlich, eine Aufgabe, die mir immer viel Freude gemacht hat. Nun ist es aber Zeit, die Verantwortung für das Magazin in jüngere Hände zu geben. Die nächste Ausgabe wird bereits meine Kollegin Irene Zöhrer-Steirer hauptverantwortlich gestalten, da ich mich mit Jahresende in die Pension verabschiede. Bis Dezember erreichen Sie mich noch wie gewohnt!

Mit herzlichen Grüßen  
Helga Bachleitner

✉ Sie erreichen mich gerne per  
Tel. 01/330 35 45-82 oder  
E-Mail: [bachleitner@hilfsgemeinschaft.at](mailto:bachleitner@hilfsgemeinschaft.at)



**Spendenkonto:**  
**IBAN: AT56 6000 0000 0767 0000**  
**BIC: BAWAATWW**  
**Online-Spenden:**  
**[www.hilfsgemeinschaft.at](http://www.hilfsgemeinschaft.at)**



## Gebraucht und günstig!

**Flohmarkt:** Bildschirmlesegeräte zu günstigen Preisen beim Flohmarkt in der Hilfsgemeinschaft

Text: Evita Behr | Foto: VIDEBIS

**B**eim Hilfsmittel-Flohmarkt im Beratungszentrum in der Jägerstraße gibt es gebrauchte Bildschirmlesegeräte, Vorlesegeräte, elektronische und optische Lupen. Die übertragenen Geräte werden gegen einen sehr günstigen Betrag abgegeben. Wir bieten keine Garantie, keine Gewährleistung, kein Rückgaberecht und keine Reparaturen.

Montag, 21. Oktober 2024

10:00 – 15:00 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich!  
Gültig für alle Produkte: Solange der Vorrat reicht.

Folgende Modelle und viele weitere finden Sie bei unserem Flohmarkt:

- **Bildschirmlesegerät Visio:**  
Neuwert € 3.100,-  
Preis des übertragenen Geräts € 250,-
- **Bildschirmvorlesegerät Vocatex:**  
Neuwert € 5.841,-  
Preis des übertragenen Geräts € 900,- ♦



Verschiedene  
Bildschirmlesegeräte  
günstig zu haben



## ÖAMTC. Ihre Mobilität zählt.

- ▶ **ÖAMTC Behinderung & Mobilität - Infos und Beratung**
  - ▶ [www.oeamtc.at/behinderung-mobilitaet](http://www.oeamtc.at/behinderung-mobilitaet)
  - ▶ ☎ +43 1 711 99 21283
- ▶ **ÖAMTC Mitgliedschaft für Menschen mit Behinderungen ermäßigt**
  - ▶ [www.oeamtc.at/mitgliedschaft/mitgliedschaft-behinderung](http://www.oeamtc.at/mitgliedschaft/mitgliedschaft-behinderung)



# Klartext

---

Kolumne von Prof. Dr. Elmar Fürst

Wenn blinde oder sehbehinderte Menschen am heutigen Straßenverkehr teilnehmen, haben sie es oft nicht so leicht. Bei Kreuzungen helfen manchmal akustische Ampeln, diese sind mitunter aber auch defekt. Deshalb betreibt die Hilfsgemeinschaft auch das Projekt „Ampelpaten“. Ein gedeihliches Miteinander erfordert gegenseitige Rücksichtnahme, zum Beispiel von Autofahrern, Fahrradfahrern und Fußgängern. Nicht zu vergessen die diversen neuartigen Fahrzeuge wie Scooter. Betrieben oder abgestellt von Menschen, denen die Rücksichtnahme fehlt und die dann manchmal umgangssprachlich als „Rowdys“ bezeichnet werden, können solche Gefährte schnell gefährlich werden. Deshalb engagiert sich die Hilfsgemeinschaft auch in diesem Bereich und möchte die Tradition eines „Tags der Verkehrskultur“, die es in Ungarn schon seit 15 Jahren gibt, auch nach Österreich bringen. Vieles konnte in den letzten Jahren erreicht werden.

Wenn jedoch die Ideologie den Platz der Vernunft einnimmt und Radwege gebaut werden, die bei Kreuzungen nicht bewusst an die Ampelregelung gebunden sind und daher „ungeschützt“ überquert werden müssen, bevor man zu einer Blindenakustik gelangt, ist das lebensgefährlich. Genauso wie Elektro- und Hybridfahrzeuge ohne akustische Signale. Es gibt also noch viel zu tun, und es wird nicht leichter.

Ihr Elmar Fürst



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



# Todesfalle Verkehr?

## **Straßenverkehr:**

Was können blinde und sehbehinderte Menschen tun, um sicher durch die Stadt zu kommen? Und was tut die Stadt dafür?

Text: Helga Bachleitner

Fotos: Ludwig Schedl/Wiener Linien

Im Juli dieses Jahres machte die Schreckensnachricht die Runde: Ein offenbar blinder Mann war in der U2-Station Schottenring auf die Gleise gestürzt und gestorben. Die Bestürzung war groß. Abgesehen vom Schock über diese Tragödie und dem Mitgefühl mit der Familie des Opfers kam bei vielen die Sorge auf, ob man selbst vielleicht auch leicht in eine ähnliche Gefahrensituation kommen könnte.

Christiane Hauck, Leiterin der Beratungsabteilung: „Wir raten unseren Mitgliedern dazu, ein Orientierungs- und Mobilitätstraining zu machen. Das richtige Gehen mit dem Langstock will gelernt sein. Häufige bzw. wichtige Wege sollten trainiert und im Laufe der Zeit auch immer wieder aufgefrischt werden.“



Blindenleitsysteme sind wichtige Hilfsmittel im Straßenverkehr.

## Wichtige Maßnahmen

Blinde und sehbehinderte Menschen, die im öffentlichen Raum unterwegs sind, brauchen Unterstützung durch Maßnahmen für Barrierefreiheit. Dazu zählen taktile Leitsysteme, akustische Ampelanlagen, akustische Warnsignale und Durchsagen bei Bus, Straßenbahn und U-Bahn.

Nach dem schrecklichen Unfall kamen Fragen auf, ob und wie diese Tragödie hätte verhindert werden können. Die Wiener Linien untersuchten den Fall auch anhand der Stationsüberwachungssysteme sehr genau und luden dann Vertreterinnen und Vertreter von Blinden- und Sehbehindertenorganisationen zu einem Runden Tisch.

Nach eingehender Analyse wurde festgestellt, dass dieser Unfall nicht zu verhindern war. Es war eine Verkettung unglücklicher Umstände, die den Mann ans falsche Ende des Bahnsteigs führten, wo er ins Gleisbett fiel. Der Zugführer versuchte durch eine sofortige Notbremsung den Unfall zu verhindern, was jedoch nicht gelang. Dennoch bleibt die Frage, wie man solche Situationen entweder von vornherein verhindern bzw. was man in der Situation tun kann, um zu helfen.



Wenn man beobachtet, dass eine Person über den Bahnsteigrand auf das Gleisbett stürzt, sofort den Zugnotstopp betätigen!

Auf der Website der Wiener Linien finden sich dazu diese konkreten Hinweise:

- Laufen Sie zum grünen SOS-Zeichen am Bahnsteig. Dort finden Sie Zugnotstopp und Notruftaste.
- Ziehen Sie den Zugnotstopp. So kann kein Zug mehr ein- oder ausfahren.
- Drücken Sie die Notruftaste und sagen Sie der Leitstelle, was geschehen ist. Die Leitstelle schickt die Einsatzkräfte.
- Gehen Sie nicht auf die Gleise! Bleiben Sie in der Nähe der Person, die Hilfe braucht. Nicht allein zu sein, beruhigt.

Auf den Bahnsteigen gibt es grüne SOS-Zeichen, die anzeigen, wo sich der Zugnotstopp und der Notruf befinden. Es ist nicht verkehrt, beim nächsten Weg mit der U-Bahn

Hans-Jürgen Gross von den Wiener Linien bei einem Austauschtreffen mit Elmar Fürst und Melanie Noormann von der Hilfsgemeinschaft sowie Bernhard Bruckner vom Österreichischen Behindertenrat

einmal zu schauen, wo sich denn der Notruf befindet, damit man im Fall der Fälle weiß, wohin man sich wenden muss.

Ganz wichtig ist jedenfalls der Hinweis, sich keinesfalls selbst in Gefahr zu begeben und auf die Gleise zu springen! Auch dort gibt es allerdings Nischen, in die man sich retten kann. Das zeigen und erklären die Wiener Linien bei Sicherheitsschulungen vor Ort. Hans Jürgen Groß, Konzernbeauftragter für Barrierefreiheit, hat bereits angekündigt, wieder Sicherheitsschulungen für die Mitglieder der Vertretungsorganisationen anzubieten. Diese haben in der Vergangenheit großen Anklang gefunden und sind nun aus tragischem Anlass wieder sehr gefragt. Sobald diese Termine feststehen, informieren wir Sie darüber.

Außerdem wurde beim Runden Tisch beschlossen, sich im Herbst neuerlich zu treffen. Die Hilfsgemeinschaft legt großen Wert auf die Zusammenarbeit mit Entscheidungsträgern, um immer wieder auf die Bedürfnisse von blinden und sehbehinderten Menschen hinzuweisen. Barrierefreiheit ist der Schlüssel für selbstständige und sichere Mobilität in der Stadt. ♦



# Lebensnotwendig

**Akustische Ampeln:** Für die Sicherheit blinder und sehbehinderter Menschen sind funktionierende Ampelanlagen unabdingbar.

Text: Marlene Liebhart | Fotos: Hilfgemeinschaft

**T**ack-tack-tack an der Kreuzung ... Was Sie da hören, ist wahrscheinlich eine Akustikampel, die blinden und sehbehinderten Menschen beim Überqueren der Straße helfen soll. Statt rot-grünen Lichts gibt es spezielle Audiosignale, an denen man hört, ob man gefahrlos hinübergehen kann oder nicht. In Wien sind rund 79 Prozent aller Ampeln mit den orangen oder blauen Kästchen ausgerüstet.

Aber wird es auch schneller grün, wenn man diese Knöpfe drückt? Viele glauben das. Doch Knöpfe, die an der Unterseite der Kästchen versteckt sind, lassen Ampeln nicht schneller grün werden. Diese Systeme sind nur für blinde und sehbehinderte Menschen gedacht und werden durch unnötiges Drücken schneller kaputt. Insbesondere betrifft das auch die Vibrationsfunktion, die besonders wichtig für jene Menschen ist, die nicht nur eine Sehbehinderung haben, sondern auch wenig hören. Bei Ausfällen kommt auch nicht



**Akustische Ampelanlage**

die Polizei und regelt den Verkehr, wie es bei Lichtampeln der Fall ist.

## **Zu lange Ausfälle**

Wenn Menschen mit Sinnesbehinderungen nicht sehen, hören und spüren können, ob sie gerade sicher über die Straße kommen, wird es natürlich gefährlich. Durchschnittlich 14 Tage dauert es in den meisten Fällen, bis akustisch-taktile Ampeln in Wien repariert werden.

In der Beantwortung einer schriftlichen Anfrage zweier grüner Gemeinderäte bestätigt Stadträtin Ulli Sima lange Reparaturzeiten bei akustisch-taktilen Ampelanlagen in Wien. Demnach dauerte es im Jahr 2023 in rund 66 Prozent (631) der Fälle von vollständig ausgefallenen oder beschädigten Akustikampeln im Schnitt 14 Tage, bis diese nach einer Meldung repariert wurden. In den restlichen 34 Prozent (319 Fälle) dauerte es bis zu 5 Tage. Ist eine Ampel nicht ordnungsgemäß in Betrieb, steigt dadurch natürlich die Unfallgefahr. Während Ausfälle bei Lichtampeln deshalb innerhalb kürzester Zeit behoben werden, gilt eine Reparatur 5 Tage nach Ausfall akustisch-taktile Ampeln laut der Anfragebeantwortung schon als „zeitnah“.

Scheinbar hat hier die Sicherheit blinder und sehbehinderter Personen im Straßenverkehr niedrigere Priorität. Wie auch aus der Anfragebeantwortung hervorgeht: „Die Blindenakustik dient im





Hubert Wagner überprüft regelmäßig Ampelanlagen auf Funktionsfähigkeit.

Gegensatz zur Lichtsignalanlage nicht der Regelung des Verkehrs laut StVO. Österreichweit gibt es keine Richtlinien oder Normen für Alternativen bei einem Ausfall des akustischen Signalgebers.“ Deshalb sieht man auch keine Polizisten, die bei Ausfall von Akustikampeln den Verkehr regeln, wie es oft bei Lichtampeln der Fall ist. Die Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen fordert die Schließung solcher gesetzlicher Lücken und die Gleichstellung blinder und sehbehinderter Personen, wenn es um Sicherheit im Straßenverkehr geht.

*„Funktionierende Ampelanlagen sind lebensnotwendig!“*

Hubert Wagner,  
Hilfsgemeinschaft

Wer dafür sorgen will, dass blinde und sehbehinderte Menschen eigenständig und sicher durch den Stadtverkehr kommen, kann Ampelmelderin oder Ampelmelder werden. Das sind freiwillige Mitarbeitende der Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen

Österreichs, die mehrmals im Jahr die Akustikampeln in ihrer Umgebung auf Schäden prüfen und diese dann an die Stadt Wien melden.

### **Nicht drücken!**

Auch sonst gibt es Möglichkeiten, wie Sie blinde und sehbehinderte Menschen in dieser Hinsicht unterstützen können: Bitte drücken Sie nicht grundlos die Knöpfe an Akustikampeln, damit diese nicht so schnell kaputt gehen. Weisen Sie auch Personen in Ihrem Umfeld darauf hin und erklären Sie die Umstände Ihren Kindern ... Knöpfe drücken ist zwar lustig, aber in diesem Fall kein Spaß. ♦



# Neues Gesetz

**WACA:** Zertifikat für barrierefreie Websites wird immer wichtiger.

Text: Marlene Liebhart | Foto: Helga Bachleitner

**B**is Mitte 2025 müssen gemäß EU-Richtlinie Webshops und E-Commerce-Apps bis auf wenige Ausnahmen barrierefrei sein. Bisher haben das erst wenige Anbieter umgesetzt.

Das neue Barrierefreiheitsgesetz (BaFG) tritt ab Juni 2025 in Kraft. Bis dahin müssen auch private Anbieter bestimmter Produkte und Dienstleistungen gewisse Barrierefreiheitsanforderungen erfüllen. Dabei sind sie selbst für die Prüfung der Konformität zuständig.

Dass sich bisher noch wenige um die Umsetzung bemüht haben, zeigt eine Vorabprüfung durch Werner Rosenberger, den Experten für digitale Barrierefreiheit der Hilfsgemeinschaft: Sieben von zwölf der beliebtesten Webshops für Lebensmittel in Österreich sind demnach in der jetzigen Form für viele Menschen mit Behinderungen nicht nutzbar. Mehr als die Hälfte also.

„Einer von zwölf Online-Shops war sehr gut, aber noch nicht zu 100 Prozent WCAG-konform, vier



Werner Rosenberger und Klaus Höckner, Experten für Barrierefreiheit, sehen großen Handlungsbedarf.

Websites sind – mit Ausnahmen – für Menschen mit Behinderungen grundsätzlich zugänglich, aber in manchen Aspekten erschwert. vier Websites sind in einigen Ansätzen barrierefrei, aber dennoch für viele Menschen mit Behinderungen nicht nutzbar. „Drei Websites sind gar nicht zugänglich“, so Rosenberger.

## Wichtiges Zertifikat

Die Hilfsgemeinschaft ist abwickelnde Stelle der WACA-Zertifizierung: WACA ist das erste und einzige Qualitätssiegel in Österreich, um Barrierefreiheit im Web nach den internationalen W3C-Richtlinien (WCAG) nach außen hin erkennbar zu machen. ♦



Mit der richtigen  
Anleitung klappt's.

# Golf für alle

**Vision Cup 2024:** Ein inspirierendes  
Golfevent in Österreich

Text: Daniele Marano

Fotos: Österreichischer Golfverband



**V**om 24. bis 26. Juli 2024 fand im Golfclub Wien Süßenbrunn erstmals in Österreich der Vision Cup statt, ein internationales Golfturnier für blinde und sehbehinderte Golfer. Organisiert von der International Blind Golf Association (IBGA) und unterstützt durch die Austrian Blind Golf Association

Die richtige Haltung ist wichtig.



(ABGA) sowie den Österreichischen Golf-Verband (ÖGV), zog dieses Event Teilnehmende aus der ganzen Welt an.

## Inspirierende Veranstaltung

Das Turnier begann am 23. Juli mit einer Proberunde und einem Schnupperevent, bei dem sehbeeinträchtigte Menschen unter Anleitung professioneller Trainer:innen den Golfsport ausprobieren konnten. Der eigentliche Wettbewerb startete am 24. Juli mit der Eröffnungszeremonie und den ersten Vierer-Matches. Die Einzelspiele am 26. Juli bildeten den Höhepunkt des Turniers, das mit einem festlichen Dinner und der Siegerehrung endete. Das Teilnehmerfeld war besonders stark, mit zahlreichen ehemaligen und aktuellen Weltmeistern im Blindengolf. Die Präzision und das

Können der Spieler beeindruckten alle Anwesenden und zeigten, dass blinde und sehbehinderte Golfer auf höchstem Niveau spielen können. Ein zentrales Ziel des Vision Cups ist es, das Bewusstsein für den Blindengolfsport zu erhöhen und den Sport für Menschen mit Sehbehinderungen zugänglicher zu machen. Der Vision Cup 2024 im Golfclub Wien Süßenbrunn war ein voller Erfolg und ein inspirierendes Beispiel für Inklusion im Sport. Österreich hat sich als hervorragender Gastgeber erwiesen, und die Veranstaltung setzte ein starkes Zeichen für die Zukunft des Blindengolfsports. Aufgrund des positiven Eindrucks plant die Hilfsgemeinschaft nun, ihren Mitgliedern die Möglichkeit zu bieten, unter Anleitung von Golftrainer:innen diesen faszinierenden Sport auszuprobieren. ♦



# Foto-Workshop

**Bad Goisern:** Langenloiser nahmen beim Foto-Workshop für Blinde und Sehschwache in Bad Goisern teil.

Text: Erwin Rauscher | Fotos: privat

Im Rahmen der Kulturhauptstadt Europas, Bad Ischl 2024, fand im Stephaneum in Bad Goisern am Hallstättersee von 19. bis 21. Juli ein Foto-Workshop für Blinde und Sehschwache statt. Organisiert und ausgeführt wurde dies von Kurator Moritz Neumüller, der mit seinem Projekt „ArteConTacto“ auch eine Fotoausstellung aus früheren

Workshops zeigte. Diese Bilder und Bildproduktionen entstanden in Tunesien, Nigeria, Spanien und Japan und wurden von blinden, sehschwachen und sehenden Kunstschaffenden gemeinsam gemacht. Die Schau widmete sich Aspekten der kulturellen Identität und untersucht, wie wir die Welt um uns aus verschiedenen

Sichtweisen und mit allen Sinnen durch Bilder wahrnehmen.

## Intensive Tage

Sandra Rauscher (10 Prozent sehend) und Sohn Christian (30 Prozent sehend), beide von der Bezirksgruppe Krems, Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs, sowie



Sandra und Christian Rauscher mit Moritz Neumüller



Christian und Sandra bei den Braille-Beschreibungen

Ehemann Erwin nahmen an diesem Workshop teil. Am ersten Tag wurden gemeinsam mit anderen Teilnehmern unter der Anleitung von Moritz Neumüller zuerst die Motive ausgewählt, in diesem Fall ältere Gebäude in Bad Goisern. Im Anschluss wurde auch eifrig aus den verschiedensten Blickwinkeln fotografiert. Der Workshop-Leiter, ein in Barcelona lebender Linzer, gab auch gleich wertvolle Tipps für weitere Schnappschüsse, die vor allem den künstlerischen Aspekt in den Vordergrund stellten.

Am zweiten Tag wurden nach einer weiteren Foto-Session alle Bilder Moritz zur Begutachtung und Auswertung vorgelegt. Vor allem einige Fotos von Christian und Sandra fand der Kurator außergewöhnlich, interessant und für eine Ausstellung geeignet. Da zeigte sich der wahre Kunstkenner, denn die Familie Rauscher konnte nicht immer die Genialität des Bildes nachvollziehen. In weiterer Folge wurde entschieden, welches Foto nun Christian und Sandra als angreifbares 3D-Bild-Kunstobjekt

mithilfe von verschiedenen Bastel-Utensilien, wie z. B. Watte, Holz, Papier, umsetzen sollten. Dann begannen auch schon die beiden, unterstützt von den anderen Teilnehmern, die ausgewählten Fotos als 3D-Bild-Kunstobjekte darzustellen.

### Beitrag zur Ausstellung

Am dritten und zugleich letzten Tag des Workshops arbeiteten alle noch an den Feinheiten und stellten bis Mittag die 3D-Bild-Kunstobjekte fertig, welche

anschließend gleich in die laufende Ausstellung miteingebunden wurden. Moritz erklärte uns noch, dass bei der nächsten Werkschau – im Rahmen der Kunstbiennale von Havanna 2024/25 – die Ergebnisse dieses Workshops gezeigt werden.

Sandra, Erwin und Christian Rauscher traten mit dem guten Gefühl und Wissen die Heimreise an, dass sie einen kleinen Teil zur faszinierenden Kunstwelt beigetragen haben. ♦

Kunst verbindet.





# Unterwegs in Wien

**Bezirksgruppe Kreams:** Vom Parlament über das Schmetterlingshaus bis zum Volksgarten – Tagesausflug der Bezirksgruppe Kreams, Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs, nach Wien.

Text: Erwin Rauscher | Fotos: privat



Ausflug der Bezirksgruppe Kreams ins Parlament

**A**m 7. Juli war es wieder mal so weit, der jährliche Tagesausflug der Bezirksgruppe Kreams, Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen, stand am Programm, dieses Mal ging es nach Wien. Die Bezirksgruppenleiterinnen Christa Groll und Sandra Rauscher haben sich wieder etwas Besonderes einfallen lassen, und die 28 Mitglieder und Begleitpersonen waren begeistert.

## Mit den Öffis unterwegs

Treffpunkt war um 7:30 Uhr der Bahnhof in Kreams. Umweltbewusst ging es zuerst mit dem Zug zum Wiener Franz-Josefs-Bahnhof und dann weiter mit dem D-Wagen zum Parlament. Um mit dieser großen Gruppe die „Öffis“ gut bewältigen zu können, trugen alle entweder ein gelbes T-Shirt oder eine Warnweste der Hilfsgemeinschaft der

Blinden und Sehschwachen, und auch die Wiener ließen uns geduldig bei den Stationen ein- und aussteigen, es gab keine besonderen Vorkommnisse.

## Parlament-Führung zum Tasten und Fühlen

Pünktlich wie geplant betraten wir das Regierungsgebäude, wo uns Parlaments-Guide Ernesto Cruz in Empfang nahm. Dies war keine gewöhnliche Führung, sondern speziell an die Blinden und Sehschwachen angepasst. Der Fokus lag nicht nur an der Erzählung der Geschichte über das Gebäude und deren Personen, sondern auch am Tasten und Fühlen von besonderen Türgriffen in Schlangenform oder des Parlament-Miniaturmodells, sowie auch das Sitzen und Tasten im historischen Sitzungssaal des Abgeordnetenhauses (sonst für Besucher nicht gestattet). Alle waren von unserem Guide Ernesto begeistert, der uns vor allem auch die Parlamentsbibliothek präsentiert hat, wo er uns auf die speziell für Blinde und Sehschwache entwickelten Hilfsmittel aufmerksam machte, die jederzeit zur Verfügung stehen. Noch ein Gruppenfoto mit Ernesto, und der zweistündige Besuch ging zu Ende.

### Mittags 7 Stern Bräu

Nun fahren wir mit dem 49er zum 7 Stern Bräu, wo die Bezirksgruppe Krems ihr wohlverdientes Mittagessen einnahm. Die Bewirtung, das Menü und das Bier waren hervorragend und die Stimmung war bestens.

### Tropische Hitze im Schmetterlingshaus

Gestärkt ging es weiter bei brütender Hitze durch den Burggarten zum Schmetterlingshaus, wo es wirklich faszinierend viele verschiedene Schmetterlingsarten zu bewundern gab. Die tropischen Temperaturen in diesem Jugendstil-Gebäude machten einen längeren Aufenthalt dort jedoch unmöglich.

### Gemütlicher Abschluss im Volksgarten

Nachdem noch ein paar Gruppenfotos gemacht wurden, besuchte die Bezirksgruppe Krems den Volksgarten, genoss die herrliche Blumenvielfalt und gönnte sich vor der Rückfahrt ein kühles Getränk im Pavillon. Es wurde noch viel getratscht und gelacht.

### Rückreise nach Krems

Dann ging es gemeinsam wieder mit dem D-Wagen und dem Zug nach Krems, wo alle wohlbehalten um 18:40 Uhr ankamen und anschließend die Heimreise antraten. Der allgemeine Tenor: „Es war wieder ein wunderschöner Ausflug, der für die Beteiligten unvergessen bleibt.“ ♦



Das glückliche Paar: Elisabeth Schwalm und Franz Sprinzel

## Gottes Segen

Bezirksgruppenleiterin Elisabeth Schwalm hat geheiratet. In einer stimmungsvollen Feierstunde unter der Leitung von Domprediger Monsignore Ewald Huscava, mit den Konzelebranten Diakon Peter Stroissnig und Pfarrvikar Pater Stephan Matula, schlossen Elisabeth Schwalm und Franz Sprinzel den Bund der Ehe. In sehr persönlichen, launigen Worten wurde in der Predigt auch Bezug auf das große Engagement der beiden genommen. Das können wir in der Hilfgemeinschaft nur bestätigen! Wir freuen uns mit dem Brautpaar, wünschen viele erfüllte gemeinsame Jahre und bedanken uns auf diesem Weg sehr für eure Einsatzbereitschaft! ♦



Spannende Führung



# Barrierefreier Arbeitsplatz

**Parlamentsbibliothek:** Es stehen zwei barrierefreie Arbeitsplätze im ehemaligen Mittelmagazin und ein Arbeitsplatz für blinde Menschen und Menschen mit Sehbehinderung im Lesesaal zur Verfügung.

Text: Helga Bachleitner | Foto: Hilfsgemeinschaft

## Technische Ausstattung der barrierefreien Arbeitsplätze

### Infodesk

Der Infodesk verfügt über eine Induktionsanlage (Ampetronic CLD1AC-CD, ACBMIC Boundary Mic).

### Arbeitsplatz Mittelmagazin

Die Ausstattung des Arbeitsplatzes im Mittelmagazin umfasst:

- Monitor 27 EIZO EV2760-BK mit einstellbarer Hintergrundbeleuchtung, entspiegelt und flimmerfrei | Trackball | Studiokopfhörer Beyerdynamic DT-1990 Pro 250 Ohm

### Arbeitsplatz für blinde Menschen und Menschen mit Sehbehinderung

Die Ausstattung des Arbeitsplatzes für Menschen mit Sehbehinderung umfasst:

- Monitor 27 EIZO EV2760-BK mit einstellbarer Hintergrundbeleuchtung, entspiegelt und flimmerfrei | Flachbildschirmarm für die ergonomische Justierung des Bildschirms |

Braillezeile Active Star 40 | Fusion Version 2022 Pro, Vergrößerungsprogramm und Screenreader | Studiokopfhörer Beyerdynamic DT-1990 Pro 250 Ohm | Dragon Home Edition, Headset für Dragon Spracherkennungssoftware | Bildschirmlesegerät VOCATEX Plus V4 mit Full-HD-Kamera und einblendbarer Textzeile inklusive 32" TFT-Bildschirm | VIDELUX Arbeitsplatzleuchte Pro dimmbar, taktile Bedienelemente, einstellbare Lichtfarben | Scanner Optic-

Book 4800 | OCR-Software ABBYY FineReader 15 Standard | Brailledrucker Index Everest V5 | RTFC Professional Edition, Multi-channel-Publishing-Tool, das aus Printmedien barrierefreie Dokumente als Großdruckausgabe, in Blindenschrift und als Hörbuch im MP3- oder Daisy-Format erzeugt.

### Kontakt

**Tel:** 01/401 10-2285

**E-Mail:** [bibliothek@parlament.gv.at](mailto:bibliothek@parlament.gv.at) ♦

### Frei nutzbarer barrierefreier Leseplatz in der Parlamentsbibliothek





# Ausblick

**Termine:** Veranstaltungen im Oktober, November und Dezember


Text: Michelle Staudinger

## Tagesausflug: Graz

Wir besuchen den neuen Standort der Hilfsgemeinschaft und lernen bei einer Stadtführung Graz und steirische Bräuche kennen.

*Freitag, 25. Oktober*


**7:00 – 20:00 Uhr, Kosten: € 49,-**

 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36, 1200 Wien

## „Der Blindenführhund“

### Spaziergang Donaupark

*Samstag, 9. November, 13:45 Uhr*


 U1 Kaisermühlen, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben

## Gemeinsames Frühstück

Seit Oktober findet monatlich ein gemeinsames Frühstück in der Hilfsgemeinschaft statt.

*Montag, 11. November*


**9:15 – 11:00 Uhr**

 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36, 1200 Wien

**KHM-Sonderausstellung:** Rembrandt – Hoogstraten. Farbe und Illusion

*Montag, 11. November*

**15:00 – 16:00 Uhr**


 Kunsthistorisches Museum  
Wien, Maria-Theresien-Platz  
1010 Wien

## Stadtblick: Wagenburg, Schönbrunn

Mindestspende: € 5,-


*Montag, 11. November*

**14:00 – 15:30 Uhr**

 Wagenburg Schönbrunn  
Schloss Schönbrunn, 1130 Wien

## Wanderung Jubiläumswarte – Stadtwanderweg 4

*Samstag, 16. November, 9:45 Uhr*

 U4 Hütteldorf, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben

### Anmeldung erforderlich!

Tel. 01/330 35 45-0


E-Mail: anmeldung@hilfsgemeinschaft.at

Veranstaltungen kostenlos, wenn keine Kosten erwähnt!

## Mundart-Lesung

*Dienstag, 19. November*

**15:00 Uhr**

 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36  
1200 Wien

## KulturBlick:


### Bezirksmuseum Döbling

Villa Wertheimstein,  
1190 Wien

Achtung, NICHT barrierefrei!

*Dienstag, 19. November*

**14:00 – 16:00 Uhr**


 Döblinger Hauptstraße 96  
1190 Wien

## Fachvortrag Dr. Vass

Der Leiter des Glaukom-Teams und Oberarzt der Universitätsklinik für Augenheilkunde und Optometrie der Medizinischen Universität Wien besucht die Selbsthilfegruppe Glaukom.


*Freitag, 22. November*

**17:00 – 18:30 Uhr**


 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36  
1200 Wien




- **Tagesausflug: Wachau**  
Kunst, Kultur, Kipferl, Karikatur  
und Kremser Adventmarkt  
*Samstag, 23. November*  
**7:45 – 18:00 Uhr, Kosten: € 49,-**

 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36  
1200 Wien

**Quiznachmittag Runde 2**  
*Montag, 25. November*  
**15:00 – 16:00 Uhr**

 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36  
1200 Wien

**KHM-Sonderausstellung**  
Highlights aus der  
antiken Sammlung  
*Freitag, 6. Dezember*  
**15:00 – 16:00 Uhr**

 Kunsthistorisches Museum  
Wien, Maria-Theresien-Platz  
1010 Wien

**Information zur  
Bezirksgruppe Mistelbach**

Das Bezirksgruppentreffen  
im Dezember wurde von  
*Freitag, 13. Dezember* auf  
*Freitag, 6. Dezember* verlegt.


Weitere Informationen bei  
den Bezirksgruppenleitern  
Helene und Anton Brenner  
**E-Mail: venga9928@gmail.com**

# Komm zu uns!

**Linz:** Abwechslungsreiches Freizeitangebot

Text: Helga Bachleitner

**Kaiserklänge: Konzert  
der Stadtmusik Wels**  
Traditionelle Blasmusik und die  
Suche nach neuen Klängen.  
*Dienstag, 12. November, 19:30 Uhr*  
**Kosten:** freiwillige Spende  
**Anmeldung bis 18. Oktober 2024**  
**Tel. 0732/29 29 20** oder  
**E-Mail: linz@hilfsgemeinschaft.at**  
Selbstanreise, Begleitperson ist  
selbst zu organisieren!

 Stadttheater Greif  
Rainerstraße 2, 4600 Wels

**Treffen Bezirksgruppe**  
Informieren Sie sich über  
kostenlose Beratungs- und


Serviceleistungen und lernen Sie  
in einer gemütlichen Runde neue  
Menschen kennen.

*Mittwoch, 23. Oktober*

**14:00 – 16:30 Uhr**

**Kosten:** freiwillige Spende

**Info & Anmeldung:** Fritz Kirchner-  
Purtscheller, **Tel. 0664/891 08 50**

 Josef Linz  
Landstraße 49, 4020 Linz

**Gemeinschaftsfrühstück**  
„Bring etwas für dich mit – und  
ein bisschen mehr zum Teilen“

➤ *Dienstag, 9. November*

➤ *Dienstag, 10. Dezember*

**9:00 – 11:00 Uhr**

**Info & Anmeldung:** jeweils bis eine  
Woche vor der Veranstaltung unter  
**Tel. 0732/29 29 20 – 402** oder  
**E-Mail: linz@hilfsgemeinschaft.at**

 Standort Linz  
Anzengruberstraße 6, 4020 Linz

**Kaffeeplauscherl**


Kaffee trinken und gemütlich  
plaudern.

Keine Anmeldung notwendig!

➤ *Donnerstag, 7. November*

➤ *Donnerstag, 5. Dezember*

**14:00 Uhr**

 Standort Linz  
Anzengruberstraße 6, 4020 Linz



# Erinnerung, die bleibt

**Kranzspenden:** Auch wenn der Anlass traurig ist, kann etwas Schönes entstehen.

Text: Helga Bachleitner | Foto: Hilfsgemeinschaft

Immer öfter wird bei Begräbnissen darum gebeten, von Blumenspenden abzusehen und stattdessen für eine Organisation oder ein Projekt zu spenden. Den Spendenzweck sucht entweder die Trauerfamilie im Sinne der verstorbenen Person aus oder man legt dies noch zu Lebzeiten nach Wunsch fest. Auch die Hilfsgemeinschaft erhält immer wieder Spenden aus solchen Anlässen. Menschen, die der Hilfsgemeinschaft verbunden waren, Spenderinnen und Spender, Mitglieder oder Angehörige bitten darum, das für einen Blumen-  
gruß vorgesehene Budget an die Hilfsgemeinschaft zu spenden.

So entsteht in den Tagen der Trauer Hilfe für Menschen, die Unterstützung brauchen! Auch in diesem Jahr wurde diese Möglichkeit genutzt. Wir bedanken uns von ganzem Herzen dafür, dass in der Stunde des Abschieds an den guten Zweck gedacht wurde:

- Dr. Roland RACZ
- Karin PICHLER
- Margarete PETLAN

- Dipl.-Ing. Johannes PFLEGER
- Maria Elfriede SALOMON
- Manfred TUTSCHEK
- Edeltraud DENGLER
- Ing. Erich LUX
- Dipl.-Ing. Heinz BARTL
- Elfriede STRAUMANN
- Dipl.-Ing. Heinz Raimund JOSE
- Evi FRIEDL
- Helga HEJTMANEK
- Franziska KIRCHMAYER

## Kontakt und Information

Gerne unterstützen wir Sie, wenn Sie daran denken, der Hilfsgemeinschaft Kranzspenden zukommen zu lassen.

Unsere Mitarbeiterin Nadine Klomfar steht Ihnen für Ihre Anliegen gerne persönlich zur Verfügung:

Tel. 01/330 35 45-15, [klofar@hilfsgemeinschaft.at](mailto:klofar@hilfsgemeinschaft.at) ♦

**Jeder Beitrag  
ist wertvoll!**

**Hilfsgemeinschaft**  
der Blinden und Sehschwachen Österreichs

**Erinnerung, die bleibt**  
Kranzspenden zu Gunsten blinder und  
sehbehinderter Menschen in Österreich



# Noch einmal geträumt

**Wunscherfüllung:** die Hilfsgemeinschaft überrascht ihre älteste Testamentsspenderin zum Geburtstag.

Text: Sonja Premur

Fotos: Hilfsgemeinschaft

**A**m 24. August 1926 erblickte Eva S. in Leipzig das Licht der Welt. 98 Jahre später und nach einem fordernden Leben, das durchaus mehrere hätte füllen dürfen, erfüllen wir ihr, unserer ältesten Testamentsspenderin, den größten Wunsch, den ihr bescheidenes Wesen uns preisgegeben hat: noch einmal die Lipizzaner sehen!

Die ausgebombte Heimat in den Wirren des Krieges verschlug sie mit ihrer Familie nach Österreich, wo sie ab 1944 als Zureiterin und Zugsführerin in Schloss Hof mit zwanzig weiteren Frauen an die 120 Warmblüter betreute. Eine glückliche Fügung, denn von frühester Jugend an liebte sie Pferde über alles und war eine begeisterte wie begabte Reiterin. Besonders am Herzen lagen ihr die schwierigen Charaktere, die sie erfolgreich dressierte. Und nicht einmal kaufte sie diese kurz vorm Verwursten noch dem Metzger ab!



Strahlende Gesichter nach einem wunderbaren Erlebnis

**„Das Schicksal hat mich oft mit einem Kübel Kaltwasser übergossen“**

Am 23. August des Jahres war es dann so weit. Sie wusste von einer Überraschung zum Geburtstag, aber nicht im Entferntesten, was sie tatsächlich erwarten würde.

Mit einem Spezialtransport, der ihren Bedürfnissen am besten entspricht, holten wir sie aus der Seniorenresidenz ab und brachten sie in die prachtvolle barocke Winterreitschule der Wiener Hofburg. Zum Sitzplatz Nummer 1 auf der Tribüne des schönsten Reitsaals der Welt.

„Morgentraining mit Musik“ – so nennt sich das einstündige Programm mit Stücken von Strauss, Lanner und Ziehrer, das um 11 Uhr imposant ein gemeinsames Arbeiten von Mensch und Tier zeigt und von Eva sogleich sachkundig kommentiert wurde. Aber dem nicht genug.

### „Zum 100sten in Reitmontur“

Im Anschluss daran bot sich ihr die einmalige Möglichkeit, den Hengsten ganz nahe zu sein. Obwohl ihre Beine sie schon längst nicht mehr tragen, strampelte sie im Rollstuhl voll Begeisterung den Ställen entgegen, um noch schneller bei den weißen Schönheiten zu sein. Und wie vereinbart, wartete dort auch schon der livrierte Bereiter. Mit aller gebotenen Kraft stemmte sie ihre Arme hoch, um auf ihre Art und Weise mit den Tieren zu kommunizieren. Berührend zu erleben, wie in dieser kleinen, zerbrechlichen Frau noch immer alles Wissen über Reitkunst existent ist. So wie vor Jahrzehnten. Auch staunend stellte sie fest, dass viele Hengste Mädchennamen tragen. Kitty hatte es ihr besonders ange-tan. Und zum Abschluss noch ein Besuch im Kaffeehaus, in dem sie wie gewohnt verzückt den Milch-schaum ihrer Melange löffelte und mit geschlossenen Augen genoss.

### „Mein Herz hängt am Heiligen Geist – auf den kommt es letztlich an“

Diese Stunden waren Momentaufnahmen eines möglichen, grenzenlosen Glücks in weit vorge-rückten Jahren und beweisen, dass Freude in jeder Lebenslage möglich ist. Und vielleicht gerade deshalb noch intensiver und dankbarer empfunden werden kann.

In uns verbleibt das Bild vom Aufblitzen eines ungläubigen Staunens in den sonst schon so müden Augen. Dabei liebevoll die Lipizzaner streichelnd, als wolle sie diese Augenblicke des Hoch-gefühls so lange wie nur möglich festhalten. Für uns war es eine Fahrt auf der Hochschaubahn der eigenen Emotionen. Mitanzusehen, mitzuerleben.

Denn Testamentsspender sind ein Teil von uns – heute und auf ewig! Die Hilfsgemeinschaft bedankt sich bei der Spanischen Hofreit-schule – besonders bei Caro, Vanessa, Petra und Felix –, die spontan und vollkommen unprä-tentiös unserer Bitte um Unter-stützung bei der Umsetzung des großen Herzenswunsches nach-gekommen sind und alles ermög-licht haben, wovon Evas Herz noch einmal geträumt hat. ♦



Vertrauen spüren

---

## Kontakt

---



**Alexandra Masetti**

Tel. 01/330 35 45–30

E-Mail: alexandra.masetti@  
hilfsgemeinschaft.at



**Sonja Premur**

Tel. 01/330 35 45–39

E-Mail: sonja.premur@  
hilfsgemeinschaft.at

---



Einsamkeit kann wehtun – in der Waldpension bleibt niemand allein.



# Einsamkeit

**Waldpension:** Bei uns bleibt niemand allein.

Text: Ingrid Dorninger | Fotos: Waldpension, pixabay

**J**etzt geht's bald wieder los – die Tage werden kürzer, die Dämmerung legt sich über die Landschaft und taucht alles in düsteres Schwarz. Die Menschen ziehen sich wieder in die Häuser und Wohnungen zurück und die Straßen sind menschenleer. Für viele Menschen bedeutet es, dass die Einsamkeit beginnt. Es fängt schleichend an: Am Anfang fühlt es sich noch angenehm an, endlich wieder alleine zuhause zu sein. Nicht immer, wenn man aus dem Fenster schaut, mit jemandem plaudern zu müssen. Der Nachhauseweg vom Einkaufen ist endlich ohne lärmende Geräusche von Kindern und Jugendlichen mit ihren Skateboards und Scootern.

Zuhause kann man es sich mit einer Decke vor dem Fernseher gemütlich machen, heißen Tee und Kakao trinken und Duftkerzen anzünden. Ja, es klingt sehr gemütlich und entspannend ... das ist es ja auch einige Zeit. Die Menschen ziehen sich zurück, ähnlich wie die Tiere, die in den Winterschlaf gehen. Die Natur wird kahl und so ist es auch mit den Beziehungen. Und dann ist sie da ... DIE EINSAMKEIT.

Es tut weh! Man fühlt sich ausgeschlossen und wertlos. Der Sinn des Lebens wird infrage gestellt, man mag in der Früh nicht mehr aufstehen – ist ja eh egal, fällt ja keinem auf, wenn man das morgendliche Waschen ausfallen lässt.

Die Telefonate mit Freunden und Verwandten werden immer kürzer und die Besuche immer seltener. Die Einsamkeit hält einen fest, Schlafstörungen und Herzleiden können entstehen. Wussten Sie, dass Einsamkeit das Risiko für Alzheimer Demenz steigert?

Nun ist es an der Zeit, „Stopp“ zu sagen und der Einsamkeit den Kampf anzusagen! So wie bei vielen Dingen kann das nur jeder Betroffene selbst tun!

Beginnen Sie in kleinen Schritten:

- Seien Sie nett zu sich selbst.
- Pflegen Sie einen gesunden Lebensstil (gutes Essen und Bewegung).

- Beleben Sie Ihren Freundeskreis – machen Sie den ersten Schritt und suchen Sie den Kontakt.
- Gönnen Sie sich was Gutes und machen Sie einen Kurzurlaub in der Natur. Viele Hotels sind auf Senior:innen spezialisiert, wie die ÖJAB Waldpension, die es sich zum Ziel gemacht hat, ein Wohlfühlklima zu schaffen, wo Menschen und ihre Lebensqualität im Mittelpunkt stehen. Eine familiäre und gemeinschaftliche Atmosphäre mit persönlichem Service tut Leib und Seele gut.

Sie fragen sich nun sicher, wie kann die ÖJAB Waldpension mir aus der Einsamkeit helfen? Schon beim Frühstück im Speisesaal kommt man schnell ins Gespräch. Alle sind im gleichen Alter

und mit gleichen Interessen ... da fühlt man sich wohl.

Während des ganzen Tages gibt es Freizeitprogramme, an denen man teilnehmen kann: Spielenachmittage, Gymnastik, Gedächtnistraining, Bingo – das macht in der Gemeinschaft Spaß. Gemeinsames Backen und dann alle zur Verkostung einladen – da hat man das Gefühl, was Gutes getan zu haben.

Lustig mit allen Gästen feiert die ÖJAB Waldpension die Feste des Jahres und den Wechsel der Jahreszeiten, z. B. mit dem Sturm- und Maroni-Fest im Herbst.

Keiner soll zu Weihnachten alleine zuhause sitzen oder das Gefühl haben, jemandem im Weg zu sein – lasst uns alle gemeinsam eine gute Zeit haben! Lustig mit Musik und

Tanz in das neue Jahr gleiten – das hebt die Stimmung!

Raus aus der Einsamkeit! Melden Sie sich noch heute bei uns und buchen Sie einen wunderschönen Urlaub in einer traumhaften Gegend mit lieben Menschen und guter Stimmung. ♦

---

## Kontakt

---

**Homepage:** [www.waldpension.at](http://www.waldpension.at)

**Tel:** 02644/85 510

**E-Mail:** [office@oejab-waldpension.at](mailto:office@oejab-waldpension.at)



Geselligkeit ...



... und Spaß kommen nicht zu kurz.



# Schöne Adventzeit

**Hilfsmitteltipp:** Ein Adventkalender mit Braillebeschriftung macht Freude.

Text: Verena Mayrhofer | Foto: Marlene Liebhart

Edel gefüllt und gestaltet



## Braille-Adventkalender der Confiserie Lauenstein

Wir bieten auch heuer wieder auf verbindliche Bestellung einen wunderschönen Braille-Adventkalender an. Der edle, goldfarbene gestaltete Kalender zeigt eine Zeichnung einer weihnachtlich geschmückten Straße mit der Auslage der Confiserie Lauenstein.

24 alkoholfreie handgemachte Trüffel oder Pralinen befinden sich hinter den Türcchen.

Bei Eintreffen der Kalender erfolgt telefonisch die Verständigung. Die Kalender können an unseren Standorten in der Zentrale Wien, Linz und Graz abgeholt werden.

**ACHTUNG:** Die Kalender müssen verbindlich bestellt werden, wir haben keine auf Lager!

Bestellung bis spätestens 4. November unter

Tel. 01/330 35 45-44 oder

E-Mail: [beratung@hilfsgemeinschaft.at](mailto:beratung@hilfsgemeinschaft.at)

**Kosten:** € 36,- ♦

## non-24.at

HTLATA0002/0

**Sind Sie völlig blind? Fühlen Sie sich oft nicht fit und unkonzentriert?  
Schlafen Sie nachts schlecht und sind tagsüber sehr müde?**

**Die mögliche Ursache: Ihre innere Uhr**

Jeder Mensch besitzt eine innere Uhr.

Der wichtigste Taktgeber ist das Tageslicht. Es setzt die innere Uhr immer wieder auf exakt 24 Stunden zurück.

Völlig blinden Menschen fehlt die Lichtwahrnehmung, deshalb kann es dazu kommen, dass der Körper nicht mehr zwischen Tag und Nacht unterscheiden kann. Diese Menschen leiden an der Nicht-24-Stunden-Schlaf-Wach-Rhythmusstörung, kurz **Non-24**.

**Wie äußert sich Non-24?**

Betroffenen fällt es phasenweise sehr schwer, sich tagsüber wachzuhalten und zu konzentrieren.

Nachts hingegen signalisiert der Körper oftmals kein Schlafbedürfnis.

Rufen Sie das Team des Non-24 Service an. Die erfahrenen Mitarbeiter finden den richtigen ärztlichen Ansprechpartner in Ihrer Nähe und beantworten Ihre individuellen Fragen. Sie sind rund um die Uhr erreichbar unter der kostenfreien Telefonnummer 00800 242424 05 oder per E-Mail [non24@patient-plus.com](mailto:non24@patient-plus.com).

**Werden Sie aktiv:**

Ein Termin bei einem Arzt ist der nächste Schritt oder informieren Sie sich in unseren Tele-Vorträgen. Die Termine finden Sie unter dem Punkt Informationen auf [non-24.at](http://non-24.at).

## NON-24

Eine zykliche Schlaf-Wach-Rhythmusstörung bei völlig blinden Menschen

QR Code unterhalb:





# Gehirn-Jogging

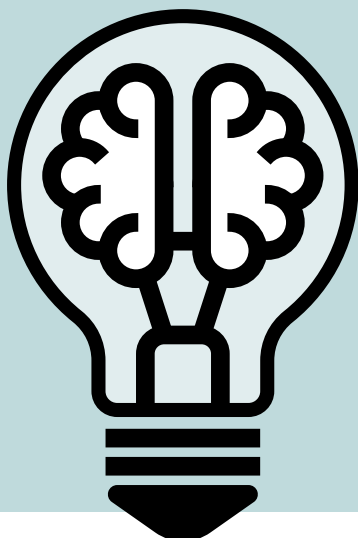
**Mentale Fitness:** Regelmäßiges Training bringt Erfolg.

## Wortverbindungen

Suchen Sie zu jedem vorgegebenen Wort in der Liste das passende Verbindungswort. Diese sind darunter aufgereiht. Leider stimmt aber die Reihenfolge der Wörter nicht, und jeweils der erste und der letzte Buchstabe sind gegeneinander ausgetauscht.

EDEL  
WERK  
SINN  
SAND  
WEIN  
SEIL  
HOLZ  
MEER  
HANG

DILB KANB ZALS SASF EEBR NTEIS EAGL  
NAHB GURB



## Wortbrücken bauen

In jeder Zeile ist die Lücke mit einem Wort zu füllen. Dieses mittlere Wort soll sowohl zusammen mit dem Wort davor als auch mit dem dahinter ein neues Wort ergeben. Hier entstehen lauter sonderbare Haushaltshelfer!

SAND ..... U ..... WERK  
FERIEN ..... H ..... WAND  
OFEN ..... R ..... ZUCKER  
BAHN ..... S ..... BÜGEL  
FINGER ..... N ..... BRETT  
FEIER ..... A ..... SONNE  
WALD ..... R ..... STEIN  
STAND ..... B ..... KLEID  
FLUSS ..... F ..... MESSER  
SCHRANK ..... W ..... TELLER

**Haben Sie Lust auf heiteres  
Gedächtnistraining speziell für  
sehbehinderte und blinde Mitglieder?**

*Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat*

**10:00 – 12:00 Uhr**

im Beratungszentrum in 1200 Wien,  
[www.hilfsgemeinschaft.at](http://www.hilfsgemeinschaft.at)

Quelle: mental aktiv,  
Lösungen auf Seite 31



# Neue Kriminalfälle

**Hörbuchtipps:** Spannende Neuerscheinungen

Text: Helga Bachleitner | Fotos: der Hörverlag



## Im Schutz der Nacht

Nora Roberts

Harry Booth ist ein Kind, gerade einmal neun, da erkrankt seine Mutter schwer an Krebs. Um die hohen Arztrechnungen begleichen zu können, greift er zu ungewöhnlichen Mitteln: Er bricht im Schutz der Nacht in die leer stehenden Häuser der Reichen ein. Harry erweist sich als ebenso klug wie talentiert, und er schätzt den Adrenalinrausch bei seinen Abenteuern. *Gelesen von Sascha Rotermund*

**2 MP3-CDs**

**Laufzeit:** 14 Stunden 50 Minuten

**Preis:** € 21,-

[www.hoerverlag.de](http://www.hoerverlag.de)



## Das Echo der Schuld

Charlotte Link

In tiefer Nacht sinkt ein Boot vor der Küste Schottlands. Virginia, die mit Mann und Kind in einem Ferienhaus Urlaub macht, nimmt das schiffbrüchige Ehepaar Moor bei sich auf und versorgt es mit dem Notwendigsten. Als der Mann des Paares ihr ungebeten in ihr Zuhause nach Norfolk folgt, findet Virginia ihn zunächst nur aufdringlich. *Gelesen von Tessa Mittelstaedt*

**2 CDs**

**Laufzeit:** 15 Stunden

**Preis:** € 15,-

[www.hoerverlag.de](http://www.hoerverlag.de)



## Der Rabbi und der Kommissar „Du sollst nicht begehren“

Michel Bergmann

Galina Gurewitz ist verschwunden. Seit drei Wochen ist die Weltklasse-Schwimmerin wie vom Erdboden verschluckt. Dennoch weigert sich ihre Mutter standhaft, eine Vermisstenanzeige aufzugeben. Genau wie Galinas Gatte, der zum Jähzorn neigende Geschäftsmann Semjon Gurewitz. Werden sie womöglich erpresst? *Gelesen von Dietmar Bär*

**1 MP3-CD**

**Laufzeit:** 8 Stunden 20 Minuten

**Preis:** € 16,99

[www.hoerverlag.de](http://www.hoerverlag.de)

# Philosophisches aus Österreich

**Ö1:** Unsere Hörspieltipps für Oktober und November

Text: Helga Bachleitner | Foto: Unsplash/David Tran

*Samstag, 26. Oktober, 14:05 Uhr*

## Die Verfertigung der Gedanken beim Reden

### Literatur am Feiertag

Was wäre am Nationalfeiertag mehr angemessen als ein philosophisches Gespräch österreichischer Staatsbürger?

*Mit Thomas Macho und Franz Schuh, die zum Feiertag philosophieren.*

Thomas Macho ist ein berühmter Kulturwissenschaftler und Philosoph, ein Professor, der viele Jahre in Berlin an der Humboldt Universität gelehrt hat. Franz Schuh wagt es nicht, sich „Philosoph“ zu nennen. Er nennt sich „Literat mit philosophischen Interessen.“

*Samstag, 9. November, 14:00 Uhr*

## Aufzeichnungen aus dem Irrenhaus

von Christine Lavant

### Das Ö1 Hörspiel

Sechs Wochen verbrachte Christine Lavant als Zwanzigjährige in der „Landeskrankenanstalt Klagenfurt“, nachdem sie einen Suizidversuch mit Medikamenten unternommen hatte. Elf Jahre später schrieb sie über ihre Erlebnisse mit Patientinnen, Pflegerinnen und Ärzten in der Institution Psychiatrie. Vor allem aber über ihre Selbstwahrnehmungen, die Zustände des eigenen Bewusstseins und Unbewusstseins in

dieser existenziellen Situation. Sie verdichtet ihre Erlebnisse und Empfindungen „zu einem grotesk-realistischen Spiegelbild, in dem die Verhaltensweisen, die Hierarchien, die Machtstrukturen und Unterdrückungsmuster einer rigiden Klassengesellschaft sichtbar werden“.

*Samstag, 16. November, 14:00 Uhr*

## Zrugg

von Händl Klaus

*Mit u. a. Julia Gschnitzer, Florian Eisner*

„Zrugg“ von Händl Klaus ist eine Produktion aus dem Landesstudio Tirol in der Regie von Martin Sailer, die uns an einem geselligen Familientreffen teilnehmen lässt: Es wird geredet und gescherzt, und plötzlich stoppt einer aus der Runde die Unterhaltung. Es ist Giggi, der Dichter, der ein Wort, eine Wendung, die geäußert wurde, vergessen hat und sie nun sucht, um daraus ein Gedicht zu machen. Er bittet deshalb alle, das bereits Gesagte noch einmal zu wiederholen – also vom Ende des Gesprächs zurück zum Anfang der Unterhaltung zu gehen.





# Fachvortrag

## Selbsthilfegruppe Glaukom: Fachvortrag „Glaukom (Grüner Star) Operationen“ mit Prof. Vass

Text: Natascha Marilovic | Foto: privat

**A**m Freitag, dem 22. November, von 17:00 bis 18:30 Uhr, besucht Ao. Univ.-Prof. Dr. med. univ. Clemens Vass die Selbsthilfegruppe Glaukom Wien/Österreich und wird im Beratungszentrum der Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs einen Fachvortrag über Glaukom-Operationen halten.

Der nationale und internationale Glaukom-Experte ist Leiter des Glaukom-Teams als Oberarzt der Universitätsklinik für Augenheilkunde und Optometrie der Medizinischen Universität Wien seit 1997 und hat langjährige Operationserfahrungen mit minimalinvasiver Glaukom Chirurgie und Glaukom-Drainageimplantaten. Er ist Mitglied der Glaukom-Kommission der Österreichischen Ophthalmologischen Gesellschaft.

Prof. Vass hat eine große Anzahl an wissenschaftlichen Arbeiten veröffentlicht. In seiner Schwerpunktordeination Glaukom besuchen ihn kleine und große Patienten! Prof. Vass wird unter anderem

**Natascha Marilovic leitet die Selbsthilfegruppe Glaukom.**




über folgende Themen informieren: Welche Glaukom-Operationen gibt es? Was ist ein PreseFlo? Welchen Unterschied gibt es zwischen einer Trabekulektomie und einer CPC? Anschließend wird Prof. Vass für Publikumsfragen zur Verfügung stehen.

### **Anmeldung erforderlich**

Der Fachvortrag ist für alle Interessierten kostenlos! Wir freuen uns sehr darauf, Sie bei unserer Patienteninformationsveranstaltung

begrüßen zu dürfen und gemeinsam mit Ihnen einen informativen Nachmittag zu verbringen.

*Freitag, 22. November, 17:00 Uhr*

 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36, 1200 Wien

Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl wird um Anmeldung unter

**Tel.** 01/330 35 45-0 oder per **E-Mail:** [anmeldung@hilfsgemeinschaft.at](mailto:anmeldung@hilfsgemeinschaft.at) ersucht. ♦

# AUGust ist für alle da!

**Service:** Unser freundlicher Maulwurf beantwortet Fragen und gibt Tipps.

Text: Helga Bachleitner | Illustration: Stefan Strasser



**Leserin:** Ich habe vor Kurzem davon gehört, dass man im Internet „Alt-Texte“ eingeben soll. Kannst du mir erklären, was das ist?



**AUGust:** Oha, das ist ja eine spannende Frage! Da hab ich mich selbst erst schlau machen müssen, dabei ist das ganz einfach und für blinde und sehbehinderte Menschen superwichtig! Kurz gesagt geht es dabei um Bildbeschreibungen. Wenn ich auf einer Website etwas suche oder in den sozialen Medien unterwegs bin, dann sehe ich die Bilder dort ja nicht. Es gibt aber eine ganze Menge und manchmal ist das sehr mühsam! Der Alt-Text wird hinterlegt, also die Person, die den Beitrag erstellt und das Bild postet, schreibt dazu, was man da sieht. Und wenn ich mit der Maus drüberfahre, liest

mir mein Vorlesesystem vor, was denn da zu sehen ist. Wichtig ist, dass die Texte kurz und einprägsam sind, keine langen Interpretationen. Ganz einfach, zum Beispiel so: Maulwurf mit Sonnenbrille am Tisch sitzend, ein Braille-Buch lesend.



**Wenn du Fragen hast oder einen nützlichen Tipp für den Alltag brauchst, schreib einfach an [august@hilfsgemeinschaft.at](mailto:august@hilfsgemeinschaft.at) – ich freue mich auf dein Mail! ♦**





# Gepolstert sein

**Moderner Tanz:** Erstmals wird eine Woche vor der Aufführung eine haptische Einführung für blinde und sehbehinderte Menschen angeboten.

Text: Helga Bachleitner | Foto: Eva Würdinger, Markus Gradwohl

**P**added (englisch) heißt so viel wie „gepolstert sein“. Die Künstlerin Lisa Hinterreithner beschäftigt sich mit den Themen Geborgenheit und Lust, spielt und arbeitet mit unterschiedlichsten Materialien. Auf der Website des Tanzquartiers Wien wird die Tanzdarbietung wie folgt beschrieben:



Padded: gepolstert sein

„Diese Performance thematisiert Nuancen statt Extremen, Zartgefühl statt Selbstbehauptung – aus Geborgenheit entsteht Lust.“

## **Einführung eine Woche vorher**

Eine Woche vorher wird eine haptische Einführung für blinde und sehbehinderte Menschen angeboten, dabei werden Körper-Polster-Skulpturen ausprobiert. Alle Teilnehmenden sind auch dazu eingeladen, sich von den Objekten umschlingen zu lassen, ihren Körper darin einzutauchen und sich zu entspannen. Dabei wird gezeigt, wie sie dann während der Vorstellung mit den Tänzerinnen und der Performance interagieren können.


Achtung: Die haptische Einführung ist eine Woche vor der Performance, am **Donnerstag, 21. November um 18 Uhr!** Die Teilnahme an der haptischen Einführung ist kostenlos. Sie dauert etwa eine Stunde. Treffpunkt ist der Haupteingang zum Museumsquartier um **17:30 Uhr.**

Über die Hilfgemeinschaft können unsere Mitglieder Karten für den **28. November** reservieren. Vorstellungen gibt es an diesem Tag um **18:00 Uhr, 19:00 Uhr und 20:00 Uhr.**

Wir bitten um Anmeldung bis spätestens **19. November.** Die Anzahl der Tickets ist begrenzt!

## **padded: haptische Tanzperformance**

Performer:innen agieren mit gepolsterten Objekten. Im Rahmen der Vorstellung können Zuseher:innen selbst darin eintauchen. **Donnerstag, 28. November, 18:00 Uhr,** Dauer: 1 Stunde  
**Kosten:** € 10,- bei Anmeldung über die Hilfgemeinschaft (sonst € 15,-)  
**Info & Anmeldung:** Marlene Liebhart, Tel. 01/330 35 45-23,  
**E-Mail:** marlene.liebhart@hilfsgemeinschaft.at

 Tanzquartier Halle Q  
Museumsplatz 1, 1070 Wien ♦

# Sichere Mobilität

**ÖAMTC:** Themenseite Behinderung & Mobilität

Text: Helga Bachleitner

Tipps und Infos zu vielen Themen rund um die Mobilität mit Behinderungen und begleitende Begünstigungen stellt der ÖAMTC auf der Themenseite Behinderung & Mobilität zur Verfügung. Für individuelle Fragen ist die ÖAMTC

Beratung für Mitglieder mit Behinderung gerne für Sie erreichbar.

## Kontakt und Infos

Tel. 01/71 19 92 12 83 und  
[www.oeamtc.at/thema/behinderung-mobilitaet/](http://www.oeamtc.at/thema/behinderung-mobilitaet/) ◆

## Gehirn-Jogging

Lösungen von Seite 25

### Wortverbindungen

1. EDEL-STEIN, 2. WERK-BANK
3. SINN-BILD, 4. SAND-BURG,
5. WEIN-REBE, 6. SEIL-BAHN,
7. HOLZ-FASS, 8. MEER-SALZ
9. HANG-LAGE

### Wortbrücken bauen

Uhr, Haus, Rohr, Steig,  
 Nagel, Abend, Rand,  
 Bein, Fisch, Wand

## 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:** Helga Bachleitner, DW 82,  
 inserate@hilfsgemeinschaft.at

**Druck:** Druckerei Berger, [www.berger.at](http://www.berger.at)

**Grafische Gestaltung:** Egger & Lerch Corporate Publishing, [www.egger-lerch.at](http://www.egger-lerch.at)

**Ausgabe Dezember 2024/Jänner 2025**

**Anzeigenschluss:** 11. November 2024

**Druckunterlagenschluss:** 20. November 2024

**Erscheinungstermin:** 4. Dezember 2024

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](http://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.

Nachdruck (auch auszugsweise) nur unter Angabe der Quelle.

**Coverfoto:** shutterstock/Vector Point Studio



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



# Hilfsgemeinschaft

der Blinden und Sehschwachen Österreichs

**Ihr starker Partner  
für schwache Augen**

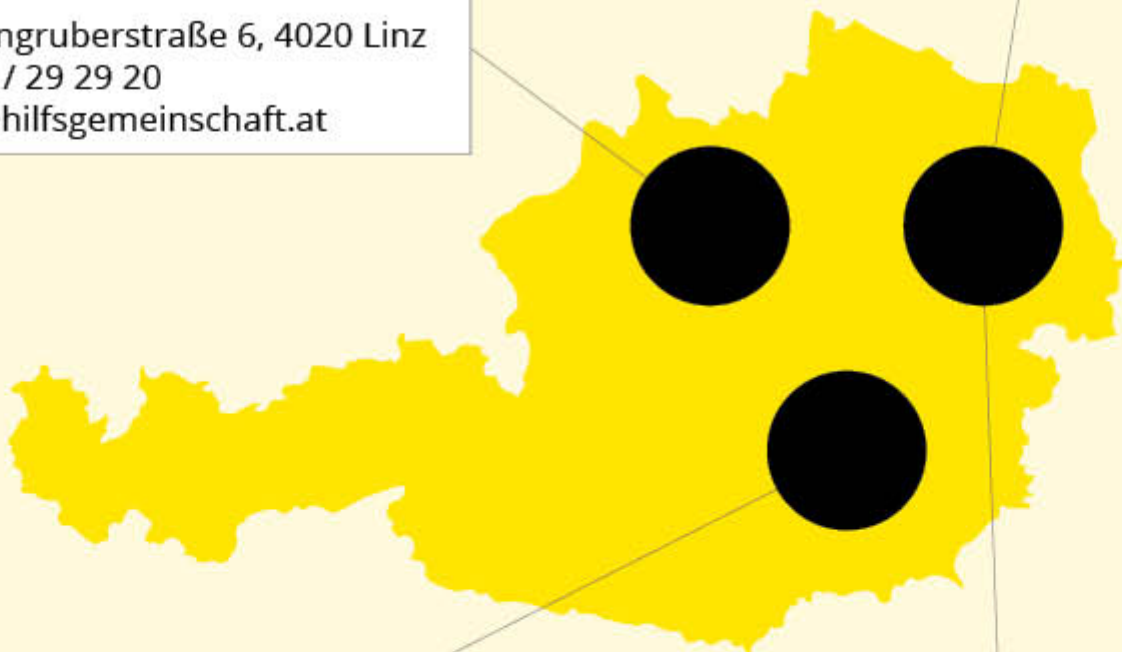
**4 x für Sie da!**

## **Standort Linz**

Anzengruberstraße 6, 4020 Linz  
0732 / 29 29 20  
linz@hilfsgemeinschaft.at

## **Beratungszentrum**

Jägerstraße 36, 1200 Wien  
01 / 330 35 45 - 0  
info@hilfsgemeinschaft.at



## **Standort Graz**

Petersgasse 87/28, 8010 Graz  
0316 / 49 60 96  
graz@hilfsgemeinschaft.at

## **Standort Floridsdorf**

Schloshofer Straße 2-6/Stiege 7/  
2. Stock, 1210 Wien