

# sichtweisen

70. Jahrgang ♦ 1 | 2025

Magazin der Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs



**Kulturreise**

Festival in Zypern S. 6

**Museums Guide inklusiv**

Barrierefreie Angebote S. 9



**Hilfsgemeinschaft**  
der Blinden und Sehschwachen Österreichs

# Inhalt



## Fokus

- 4 Non-24**  
Vortrag über Schlafprobleme
- 5 Klartext**  
Elmar Fürst über  
Barrierefreiheit
- 6 Kunst- und Kulturfestival**  
Lehrreiche Reise  
nach Zypern
- 9 Museums  
Guide inklusiv**  
Barrierefreie Angebote  
in Österreich



## Freizeit

- 10 Karikaturmuseum**  
Unterhaltsamer  
Ausflug nach Krems
- 11 Bewegung tut gut**  
Silvesterlauf in Wien  
und Workshop in Krems
- 12 Science-Fiction-Oper**  
Musikalisches Erlebnis  
für die Sehsternen
- 13 Taufe**  
Elmar Fürst als  
Diakon im Einsatz

## 14 Ausblick

Termine im Februar  
und März

## 18 Frühling

Aktivitäten in der  
Waldpension



## Spenden

## 20 Grabpflege

Andenken an Verstorbene

## 22 Spenden hilft

Unterstützung seit 90 Jahren

6





11



## Service

### 24 Blutdruck

Sprechendes Gerät  
erleichtert Messung

### 25 Gehirn-Jogging

Für mentale Fitness

### 26 Große Autoren

Hörbuchtipps und  
Neuerscheinungen

### 27 Hörspiel-Gala

Preisgekröntes auf Ö1

### 28 Vorstellungen

Theater mit Audiodeskription in Wien

### 29 AUGust ist für alle da!

Neues Pfandsystem seit Jänner

### 30 Theatergruppe Jägersträßler

Aufführung in der Hilfsgemeinschaft

### 31 Disability History

Haus der Geschichte sucht Exponate



## Editorial

### Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Ich freue mich, Sie auch in dieser Ausgabe mit spannenden Themen, Tipps und Neuigkeiten begleiten zu dürfen. Dieses Mal entführen wir Sie auf eine inspirierende Bildungsreise nach Zypern – eine Insel voller Geschichte, Kultur und Herzlichkeit.

Außerdem stellen wir Ihnen den neuen Museums Guide inklusiv vor, der Ihnen alles über barrierefreie Zugänglichkeiten und Angebote in Österreichs Museen verrät.

Mit herzlichen Grüßen,  
Irene Zöhrer-Schreiner

✉ Bei Fragen erreichen Sie mich per  
Tel. 01/330 35 45–82 oder  
E-Mail: [irene.zoehrer@hilfsgemeinschaft.at](mailto:irene.zoehrer@hilfsgemeinschaft.at)



Spendenkonto:

IBAN: AT56 6000 0000 0767 0000

BIC: BAWAATWW

Online-Spenden:

[www.hilfsgemeinschaft.at](http://www.hilfsgemeinschaft.at)



# Wenn die innere Uhr aus dem Takt gerät

**Vortrag:** Wie Non-24 unseren Schlaf-Rhythmus stören kann

Text: Irene Zöhrer-Schreiner | Foto: Unsplash/Sander Sammy

**S**tellen Sie sich vor, Ihr Körper könnte sich nicht mehr an den 24-Stunden-Rhythmus der Welt um Sie herum anpassen. Für manche blinde Menschen ist dies Realität: Sie leiden an der seltenen Erkrankung Non-24, einer Störung des Tag-Nacht-Rhythmus.

## Gravierende Folgen

Die Folgen sind gravierend: Schlafstörungen, Tagesmüdigkeit und Konzentrationsprobleme erschweren den Alltag, und beeinträchtigen die Teilhabe im Alltag. Zusätzlich können gesundheitliche Folgen wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Depressionen auftreten.

## Non-24 oft unbekannt

Obwohl diese Erkrankung weitreichende Auswirkungen hat, ist Non-24 noch weitgehend unbekannt. Nur wenige Medizinerinnen und Mediziner sind mit diesem Thema vertraut und können Betroffene kompetent unterstützen.

Die Hilfgemeinschaft und Vanda-Pharmaceuticals Germany GmbH laden zu einem Vortrag ein. Die kurze Einführung in das Thema richtet



Schlafstörungen können gesundheitliche Folgen haben.

sich an alle Interessierten – sei es weil sie selbst betroffen sind oder weil sie jemanden kennen, der unter Symptomen leidet.

Dabei werden folgende Themen besprochen: Was ist Non-24, welche Auswirkungen hat es und was kann ich tun, wenn ich an dieser Störung des Tag-Nacht-Rhythmus leide? Priv.-Doz.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Anna Heidbreder, Universitätsklinikum für Neurologie Linz, erklärt dieses Phänomen, steht für Fragen zur Verfügung und spricht auch über andere Schlafprobleme wie zum Beispiel Schnarchen oder unruhige Beine. ♦

## Termin

*Donnerstag, 20. Februar*

**17:00 – 18:30 Uhr**

**Kosten:** freiwillige Spende

**Anmeldung bis 17. Februar:**

**Tel.** 01/330 35 45–0

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

 Beratungszentrum  
Jägerstraße 36  
1200 Wien

# Klartext

---

## Kolumne von Prof. Dr. Elmar Fürst

Wie schon oft an dieser und anderer Stelle erwähnt, ist Barrierefreiheit kein Nischenprogramm für die rund 15 Prozent der Bevölkerung, die offiziell eine Behinderung haben. Sondern sie ist im Grunde eine Chance für Architekten, Planer und Designer, Infrastruktur und Dienstleistungen in einer für alle gleichermaßen zugänglichen Weise anzubieten. Leider stellen wir immer wieder fest, dass es um die Barrierefreiheit nicht immer gut bestellt ist, und deshalb bedarf es einer Verbesserung.

Eine Variante, um dies zu erreichen, ist Bewusstseinsbildung. Wir können dafür sorgen, dass immer mehr Menschen sich klar darüber werden, dass Barrierefreiheit einfach wichtig ist und dass es ihnen Vorteile bringt. Besonders wenn es um Unternehmen geht, denn Produkte und Dienstleistungen werden natürlich besser angenommen, wenn sie einfach für alle besser nutzbar sind.

Die zweite Variante ist jedoch, gesetzliche Vorschriften für Barrierefreiheit einzuführen, und hier kommt es in diesem Jahr endlich zu einer deutlichen Verbesserung. Das Barrierefreiheitsgesetz als Umsetzung des European Accessibility Acts wird mit Juni in Österreich gültig und

damit wird Barrierefreiheit weitgehend verpflichtend. Eigentlich wäre sie das schon seit 2006 gewesen. Aber jetzt wird es konkret, und viele Maßnahmen werden dafür sorgen, dass sich diejenigen, die sich durch Bewusstseinsbildung nicht überzeugen lassen, dann eben aufgrund der gesetzlichen Vorschriften an die Barrierefreiheit halten müssen.

Hier wird es zu einem unsanften Erwachen kommen. Ähnlich wie damals, als die Datenschutzgrundverordnung eingeführt wurde, denn viele wollen einfach keine Rücksicht nehmen. Es braucht immer eine Mischung zwischen Bewusstseinsbildung und gesetzlichen Vorschriften.

Jene, die es wollen, haben längst das Bewusstsein erreicht. Die anderen müssen sich jetzt durch die gesetzlichen Vorschriften daran halten. Wichtig ist, dass wir insgesamt zu einer Verbesserung kommen.



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



# Reise nach Larnaka zum Kunst- und Kulturfestival

**Unvergessliches Erlebnis:** Sechs Tage Kunst, Kultur, Gemeinschaft und Meer

Text: Margarete Schmid, Irene Sudy, Werner Rosenberger | Fotos: privat



Mitglieder der Hilfsgemeinschaft auf Kulturreise in Larnaka

**Z**usammen sind wir besser – unter diesem Motto fand im November 2024 in Larnaka auf Zypern das Europäische Kunst- und Kulturfestival für Menschen mit Behinderungen statt. Mit dabei: 16 Mitglieder der Hilfsgemeinschaft, die sich vom 31. Oktober bis zum 5. November – unterstützt von sieben Begleitpersonen und drei Assistenzhunden – auf die

Reise gemacht haben. „Diese Erfahrung ist eine absolute Bereicherung für mein Leben“, fasste Teilnehmerin Birgit Ringhofer ihre Erlebnisse nach der Heimkehr zusammen.

## **Aufregende Reise**

Bereits die Anreise mit drei Vierbeinern war ein kleines Abenteuer. Dank des Mobilitätsservices am Flughafen gestaltete sich der Weg

durch Sicherheits- und Passkontrollen sowie zum Gate problemlos. Obwohl der Flug voll ausgebucht war, fanden alle – inklusive der Assistenzhunde – eine komfortable Reisemöglichkeit.

Auf Zypern wartete dann eine praktische Unterkunft in Strandnähe auf die Gruppe aus Österreich. Die dadurch möglichen entspannten

Spaziergänge am Strand waren nicht nur für die Reisenden mit Assistenzhunden, sondern für alle Teilnehmenden eine schöne Überraschung.

### **Vielseitiges Programm**

Das Festival bot ein breites Spektrum an interaktiven Workshops, Vorträgen, Ausstellungen, Auführungen und ermöglichte auch das Knüpfen neuer Kontakte. Die offizielle Eröffnungsfeier fand in einer Schule statt, in der neben lokalen Kinderchören auch Bands aus Irland und Ungarn auftraten. Beim „Meet and Greet“ lernte die Gruppe der Hilfsgemeinschaft Besucherinnen und Besucher aus Irland, Griechenland, Ungarn und anderen Ländern kennen.

Als besondere Höhepunkte blieben den Reisenden eine Modeschau und ein Mitmachprogramm in Erinnerung: Beim Musikworkshop einer irischen Gruppe kreierte die Teilnehmenden aus den verschiedenen Ländern ein gemeinsames Musikstück. „Welch ein Erlebnis!

Für mich waren der Musikworkshop und das Meet and Greet die Highlights“, denkt Mitreisende Veronika Kerschbaum gerne an die Reise zurück. Darüber hinaus fanden Kunstworkshops statt, in denen die Teilnehmenden ihre Kreativität entfalten konnten. Sie hatten die

---

*„Diese Erfahrung ist eine absolute Bereicherung für mein Leben.“*

Reiseteilnehmerin  
Birgit Ringhofer

---

Möglichkeit, unter Anleitung von zertifizierten Therapeutinnen und Therapeuten und Künstlerteams zu den Klängen einer Melodie zu malen.

### **Kultur hautnah erleben**

Die kulturelle Vielfalt spiegelte sich auch in den weiteren Veranstaltungen wider. Ein Theaterabend

brachte den Teilnehmenden die griechische Mythologie und die Geschichte Zyperns näher – ein bewegendes Erlebnis, auch wenn die fremde Sprache das Verständnis nicht für alle ganz leicht machte. „Ich fühlte mich sehr beschenkt, bereichert und dankbar, als wir uns auf die Heimreise machten“, fasste Teilnehmerin Margarete Schmid ihre Eindrücke zusammen.

### **Inklusives Kunst- und Kulturprogramm mit Erasmus+**

Organisiert und initiiert wurde das kulturelle Erlebnis von der Projektabteilung der Hilfsgemeinschaft im Rahmen des Erasmus+ Programms der Europäischen Union. Dieses fördert Lernmobilitätsaktivitäten in der Erwachsenenbildung und unterstützt diese auch finanziell. Unter dieser Prämisse wurde das Festival zur Plattform für die Beiträge von Künstlerinnen und Künstlern mit Behinderungen weltweit. Ein eigener Workshop beschäftigte sich mit der Rolle des Erasmus+ ▶

### **Inklusives Programm für alle Teilnehmenden**





- Programms, durch Bildung und Kunst Inklusion, Kreativität und Teilhabe zu fördern.

Die Hilfgemeinschafts-Mitarbeiter Maximilian Reutterer und Werner Rosenberger begleiteten die Reise in Zypern. Als Barrierefreiheits-Experte der Hilfgemeinschaft nahm Werner Rosenberger dabei parallel auch an der Disability Inclusion Konferenz an der University of Central Lancashire teil. In seinem Kurzreferat über digitale Barrierefreiheit stellte er das WACA-Zertifikat für Websites vor und beantwortete Fragen der internationalen Teilnehmenden. „Es konnten einige interessante Kontakte geknüpft werden“, freute sich Rosenberger.

### **Fest der Kreativität und Integration**

Die Reise ist ein leuchtendes Beispiel dafür, wie Inklusion durch Kunst und Kultur gelebt werden kann – und so ein unvergessliches Erlebnis für alle Beteiligten wird.



**Drei Assistenzhunde reisten mit der Gruppe nach Zypern.**

Das Festival gestaltete sich als Ort der Begegnung und durch Workshops, Konzerte und Diskussionen wurde die Kraft der Kreativität gefeiert, die Barrieren überwindet und Menschen vereint.

### **Nachhaltige Wirkung**

Die Reise nach Larnaka hat aber nicht nur bleibende Erinnerungen hinterlassen, sondern auch wertvolle Erkenntnisse für die

Weiterentwicklung inklusiver Bildungsaktivitäten gebracht. Die Hilfgemeinschaft wird die gewonnenen Erfahrungen in ihre Bildungsangebote einfließen lassen – mit dem Ziel, noch mehr Menschen mit Behinderungen den Zugang zu Reisen, Kunst und Kultur zu ermöglichen und ihnen eine aktivere Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. ♦

### **Entspannte Spaziergänge am Meer**



**Finanziert von der Europäischen Union**

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen der Autorin oder des Autors bzw. der Autorinnen oder Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der OeAD-GmbH wider. Weder die Europäische Union noch die OeAD-GmbH können dafür verantwortlich gemacht werden.

# Der Museums Guide inklusiv 2025

**Barrierefrei:** 160 österreichische Museen stellen sich vor.

Text: Irene Zöhrer-Schreiner | Foto: Krisztian Juhasz/medianet

In der neuen Auflage des Museums Guide inklusiv werden auf 372 Seiten 160 österreichische Museen und ihr barrierefreies Angebot vorgestellt. Neben Angaben zu Öffnungszeiten und Adressen liegt der Fokus auf barrierefreier Zugänglichkeit und inklusiven Angeboten.

## Spezialangebote für Menschen mit Behinderungen

Die nunmehr 2. Auflage des Museumsführers bietet eine Übersicht zu physischer Barrierefreiheit, der inklusiven Gestaltung von Inhalten und geht auch auf Spezialangebote wie Führungen ein. Diese sind speziell für Menschen mit Seh-, Hör-, Lern- oder anderen Behinderungen sowie Menschen mit Demenz ausgerichtet. Vorgestellt wurde der Museums Guide im Wiener Museumsquartier unter anderem von Daniele Marano, Barrierefreiheits-experte der Hilfsgemeinschaft. „Der Zugang zu Kunst und Kultur ist ein universelles Recht, von dem niemand ausgeschlossen sein sollte“, so Marano: „Die Digitalisierung bietet neue und innovative Möglichkeiten, Kunst und Kultur inklusiv zu erleben.“



Martin Essl, Gründer Essl Foundation und Zero Project, Johanna Schwanberg, Präsidentin ICOM Österreich, Autorin Doris Rothauer und Daniele Marano von der Hilfsgemeinschaft

## Digitale Kunstvermittlung

Die Projekt- und Produktentwicklung der Hilfsgemeinschaft verfolgt dieses Thema intensiv. Im Rahmen des Projekts BeauCoup wurden in den vergangenen drei Jahren Produkte zur barrierefreien Erkundung entwickelt. Dabei entstanden verschiedene Prototypen – wie taktile Karten für Bildschirme. BeauCoup macht Kunst digital und außerhalb des Museums erfahrbar. Die Markteinführung der Produkte ist für 2025 geplant.

## Online-Version verfügbar

Entwickelt wurde der inklusive Museumsführer von der medianet group, der Essl Foundation und ICOM Österreich. Der Guide kostet 14,90 Euro und ist direkt in Museen, in Buchhandlungen und Tabak-Trafiken österreichweit sowie über den Verlag medianet erhältlich. Ergänzt wird der Museums Guide durch die Website [www.museumsguide.net](http://www.museumsguide.net). Hier gibt es eine Online-Version des inklusiven Museumsführers, die laufend aktualisiert wird. Sie ist auf Deutsch und Englisch abrufbar. ♦



# Karikatur, Kipferl und Adventmarkt in Krems

**Tagesausflug:** Mitglieder spazierten durch das Wohnzimmer der Simpsons und stöberten in Deix-Karikaturen.

Text: Michelle Staudinger | Foto: Ruslan Ischenko

**D**er letzte Tagesausflug im Jahr 2024 führte die Mitglieder der Hilfsgemeinschaft und ihre Begleitpersonen in die charmante und älteste Stadt Niederösterreichs: nach Krems. Der Tag startete mit einem Frühstück mit Kaffee und Kipferl zwischen Pinseln, Leinwänden und Farben im Atelier der Kunsthalle Krems.

Anschließend wurde das Karikaturmuseum besucht. Dort erkundeten die Besucherinnen und Besucher Zeichnungen der amerikanischen Fernsehserie „Die Simpsons“. Einen Einblick gab es auch in die spannenden Werke des berühmten Karikaturisten Manfred Deix.

## Erkenntnisse über Deix

Seine Cartoons sind provozierend und oftmals gar schockierend. Dass er seine erste Zeichnung in der örtlichen Kirchenzeitung veröffentlichte, war daher eine für die Besucherschar unerwartete Erkenntnis. Ebenfalls sehr interessant: Manfred Deix lebte mit bis zu 80 Katzen zusammen.

Nach diesen künstlerischen Stunden kehrten die Ausflügler im Hofbräuhaus am Steinertor ein. Immerhin gibt es dort – laut zwei Ausflugsteilnehmerinnen – den besten Schweinebraten.

## Adventzauber bei Sonnenschein

Der Nachmittag verzauberte dann mit weihnachtlicher Stimmung: Es blieb genug Zeit, um gemütlich beim Kremser Adventzauber in die Vorweihnachtszeit einzutauschen und zu flanieren. Auf dem

Weihnachtsmarkt wurden kleine Geschenke und Leckereien gekauft. Sonnenschein und warmes Wetter konnten die Lust auf den einen oder anderen Punsch nicht trüben.

Der Ausflug nach Krems gestaltete sich als stimmungsvoller Jahresabschluss und rundete all die schönen und abenteuerlichen Tagesausflüge 2024 mit weiteren Erlebnissen ab. Mal schauen, welche Orte 2025 erkundet werden ... Die Hilfsgemeinschaft freut sich auf tolle Erlebnisse! ♦

## Die Hilfsgemeinschaft bei den Simpsons



# Bewegter Workshop in Krems

**Tut gut:** Trainingsprogramm für blinde und sehbehinderte Menschen

Text und Foto: Erwin Rauscher



Trainingsworkshop in Krems

**A**ugentraining und Bewegung standen im November bei einem Workshop in Krems im Mittelpunkt: Sportwissenschaftlerin und Trainingstherapeutin Dagmar Kaiser-Waitzer von der „Tut Gut!“ Gesundheitsvorsorge GmbH hielt im Hofbräu am Steinertor einen Vortrag zum Thema Augentraining und Bewegungsnacks für blinde und sehbehinderte Menschen.

Sandra Rauscher, Leiterin der Bezirksgruppe Krems der Hilfsgemeinschaft, und Mitglied

Christa Groll unterstützten die Veranstaltung, bei der viele verschiedene Komponenten, wie Augengymnastik, Kräftigungsübungen, Nackengymnastik, Ausdauerübungen und Qigong einfließen.

Die Trainerin motivierte die 22 Teilnehmenden gekonnt zum Mitmachen und schaffte es, auch zu Paar-Übungen zu animieren. Alle waren mit vollem Eifer dabei und hatten viel Spaß. Einige wünschten sich eine Fortsetzung dieses Workshops. ♦

## Laufgruppe verabschiedet 2024 beim Silvesterlauf

**Kostümiert:** Fröhlich zieht das Jahr von dannen.

Text: Irene Zöhler-Schreiner

Foto: Adi Zobl

Sportlich gestaltete die Laufgruppe der Hilfsgemeinschaft den Abschied vom Jahr 2024! Und zwar beim 48. Internationalen Wiener Silvesterlauf auf der Wiener Ringstraße. Die Gruppe der Hilfsgemeinschaft startete am 31. Dezember vor Einbruch der Dunkelheit ihre besondere Laufrunde. Das klassische Laufgewand wurde – wie es beim Silvesterlauf Manier ist – gegen Kostüme getauscht. So kann das alte Jahr fröhlich ausklingen und 2025 Einzug halten. ♦



Kostümierte Laufgruppe verabschiedet 2024



# Sehsternchen auf intergalaktischer Reise

**Oper:** Einmaliges Erlebnis für Familien mit viel Humor und tollen Kostümen

Text: Verena Mayrhofer | Foto: Barbara Pálffy/Volksoper



Science-Fiction-Oper in der Volksoper

**E**inen magischen Abend erlebten unsere Sehsternchen-Familien im Dezember in der Wiener Volksoper. Die eher unbekanntere Oper „Reise zum Mond“ von Jacques Offenbach begeisterte Klein und Groß.

## Jules Verne als Vorlage

Das Werk entstand in Anlehnung an Jules Vernes Romane „Reise zum Mittelpunkt der Erde“ und „Von der Erde zum Mond“. Die Uraufführung fand 1865 in Paris statt.

Autor Jules Verne selbst war nicht begeistert und betrachtete die Vermischung seiner Werke zu einer Oper als Plagiat. Er verzichtete letztendlich auf rechtliche Schritte, in allen Rezensionen wurde jedoch sein Name erwähnt.

## Science-Fiction-Oper

Der Regisseur Laurent Pelly und das junge Ensemble der Volksoper schufen anhand der Stückvorlage eine moderne „Science-Fiction-Oper“. Vor allem Humor, aber

auch die genialen, futuristischen Kostüme der Mondmenschen stachen dabei hervor.

Wie schon in den vergangenen Jahren organisierte die Volksoper Sitzplätze in den ersten Reihen. So wurde für die sehbehinderten Kinder und Jugendlichen ein einmaliges Erlebnis mit freiem Blick auf die Bühne aus nur wenigen Metern Entfernung möglich.

## Imposanter Eindruck

Alleine der wunderschöne Saal mit der hohen Decke und den Fresken sorgte bei vielen Kindern für staunende Gesichter und für eine ganz besondere Stimmung. Diese minderte auch der imposante Kanonenschuss nicht, mit dem sich König Zack samt Gefolge auf den Mond schießen ließ. Er war im ganzen Saal als Vibration zu spüren.

Die Rückmeldungen der beeindruckten Kinder und Familien reichten von „Was für ein schöner Abend“ bis hin zu „Es war wirklich ein einmaliges Erlebnis, angefangen von den Kostümen bis hin zu unseren tollen Sitzplätzen“. ♦

# Ein großer Tag für Sonja und Johanna Katharina

**Taufe:** Vorstand Elmar Fürst als Diakon im Einsatz

Text: Irene Zöhrer-Schreiner | Fotos: Adi Zobl



Johanna Katharina in der Kirche

**D**ie kleine Sonja und die kleine Johanna Katharina erlebten am Sonntag, dem 12. Jänner, einen ganz besonderen Moment: Sie wurden in der Floridsdorfer Kirche am Pius-Parsch-Platz von unserem Vorstand und Diakon Elmar Fürst getauft.



Sonja bei ihrer Taufe

Die Väter der beiden Mädchen, die Brüder Andreas und Christian Zehetgruber, sind seit vielen Jahren eng mit der Hilfsgemeinschaft verbunden. Auch die Mutter von Sonja, Timea Arcs, ist Mitglied der Hilfsgemeinschaft. Wir freuen uns sehr, dass die Hilfsgemeinschaft, vertreten durch Elmar Fürst, Teil dieser wunderschönen Familienfeier sein konnte und die ehrenvolle Aufgabe der Taufe übernehmen durfte. ♦

## Brettspiele für Blinde und Sehschwache auf dem Prüfstand

**Spielenachmittag:** Adalbert Stifter Gymnasium in Linz entwickelte Prototypen

Text: Irene Zöhrer-Schreiner

Foto: Adalbert Stifter Gymnasium

Mitglieder der Hilfsgemeinschaft testeten in Linz ein spannendes Projekt: Schülerinnen und Schüler des Adalbert Stifter Gymnasiums entwickelten Brettspiele für blinde und sehbehinderte Menschen. Die haptisch sehr schönen Prototypen wurden von „Testpersonen“ der Hilfsgemeinschaft geprüft und ausprobiert. Dabei wurde viel gelacht und intensiv diskutiert. Nach Überarbeitungen wurden die Spiele am Tag der offenen Tür ausgestellt und anschließend der Hilfsgemeinschaft zur weiteren Nutzung übergeben – ein Projekt, das allen viel Freude bereitete.



Die Brettspiele wurden ausgiebig getestet.



# Ausblick

## Termine: Veranstaltungen in den nächsten Wochen

Text: Michelle Staudinger | Fotos: House of Strauss/Ruslan Ishchenko

### Wanderung Liesingbach Alterlaa nach Schwechat

*Samstag, 15. Februar*

**9:45 Uhr**

Genauer Treffpunkt wird nach  
Anmeldung bekannt gegeben

### Vortrag „Gute Nacht“ von Dr. Heidbreder

Wie Non-24 und andere  
Schlafprobleme unseren  
Schlafrhythmus stören können

*Donnerstag, 20. Februar*

**17:00 – 18:30 Uhr**

**Kosten:** freiwillige Spende

 Jägerstraße 36  
1200 Wien

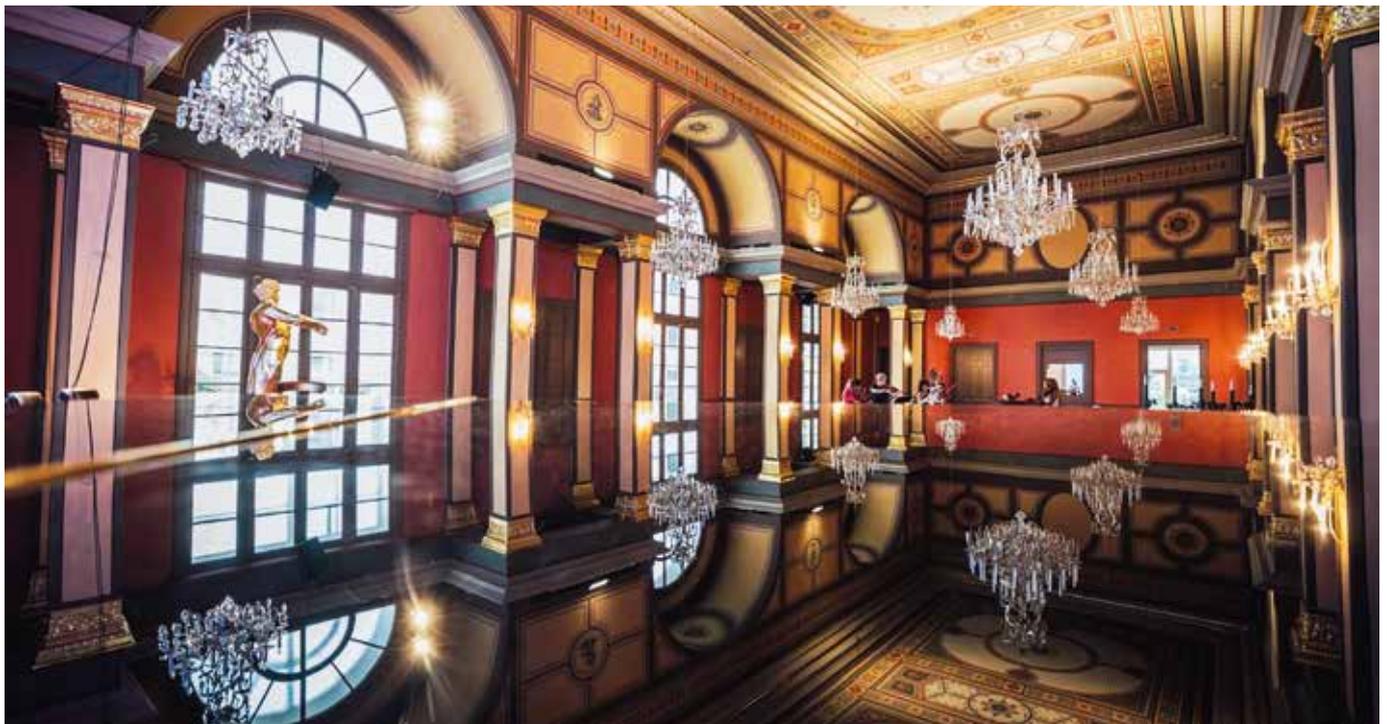
### Inklusiver Welttag der Wiener Fremdenführer 2025 – House of Strauss

*Freitag, 21. Februar*

**10:00 – 17:00 Uhr**

Führungen jeweils zur  
vollen Stunde

 House of Strauss  
Döblinger Hauptstraße 76  
1190 Wien



Welttag der Fremdenführer im „House of Strauss“

**„klangberührt“ Konzert im Wiener Konzerthaus**

Mittwoch, 26. Februar, 14:00 Uhr

📍 Wiener Konzerthaus  
Schubertsaal  
Lothringerstraße 20, 1030 Wien

**Aufführung der Theatergruppe Jägerstraßler**

Anatols Hochzeitsmorgen  
von A. Schnitzler, Bearbeitung  
von Veronika Kerschbaum  
Freitag, 7. März, 15:00 Uhr  
Kosten: freiwillige Spende

📍 Jägerstraße 36  
1200 Wien

**Spaziergang Kurpark Oberlaa**

Samstag, 8. März, 13:45 Uhr  
Genauer Treffpunkt wird nach  
Anmeldung bekannt gegeben

**KulturBlick Raimundtheater**  
Fachkundige Spezialführung  
Dienstag, 11. März, 15:15 Uhr  
Kosten: 9 Euro



Entspannte Zeit bei gemeinsamen Ausflügen

📍 Raimundtheater, Haupt-  
eingang, Wallgasse 18–20

**Wanderung Alte Donau,  
Donaupark und Wasserpark**

Samstag, 15. März, 9:45 Uhr  
Genauer Treffpunkt wird nach  
Anmeldung bekannt gegeben

**Tagesausflug: Von Rudeln und  
Rezepten: Wolf Science  
Center und Brauereikultur**  
Samstag, 22. März  
Kosten: 49 Euro

📍 Jägerstraße 36  
1200 Wien

**StadtBlick im März**

Montag, 24. März,  
14:00–15:30 Uhr  
Mindestspende: 5 Euro  
Ort wird noch bekannt gegeben

**Anmeldung erforderlich!**

Tel. 01/330 35 45–0  
E-Mail: anmeldung@  
hilfsgemeinschaft.at  
Veranstaltungen kostenlos,  
wenn keine Kosten erwähnt!



# Termine in Linz

Veranstaltungen im Beratungszentrum Linz, Anzengruberstraße 6, 4020 Linz

Foto: Pexels/Ilo Frey

## Kaffeeplauscherl

In gemütlicher Atmosphäre treffen wir uns auf ein Kaffeeplauscherl und tauschen uns zu unterschiedlichen Themen aus. Wer Zeit, Lust und Laune hat, ist herzlich willkommen.

- *Donnerstag, 6. März*
- *Donnerstag, 3. April*

**14:00 – 15:30 Uhr**

**Kosten:** freiwillige Spende

Keine Anmeldung notwendig

## Gemeinschaftsfrühstück

Haben Sie Lust, mal wieder gemütlich zu frühstücken, nicht alleine, sondern in einer Gruppe? Dann kommen Sie zum Gemeinschaftsfrühstück. Bitte nehmen Sie für sich und zum Teilen nur eine Kleinigkeit von Ihrem Frühstückstisch mit. Kaffee, Tee, Brot, Gebäck, Butter, Marmelade und Honig sind vorhanden.

- *Dienstag, 18. März*
- *Dienstag, 15. April*

**9:00 – 11:00 Uhr**

## „zeit finden“ – speziell für Frauen

Frauen finden Zeit, um zu sinnen, erinnern, erzählen oder um zu



gestalten. Sie erzählen sich Geschichten aus dem Leben, erfinden Fantasiegeschichten und -Bilder.

*Donnerstag, 27. Februar*

**14:00 – 16:00 Uhr**

**Kosten:** freiwillige Spende

## Ahoi, Lei-Lei ... Hauptsach' lustig!

Den Fasching möchten wir als Anlass nutzen, um gemeinsam zu feiern, zu lachen und für ein paar Stunden dem Alltag zu entfliehen! Egal ob verkleidet oder nicht, Hauptsache, ihr bringt gute Laune mit!

*Donnerstag, 20. Februar*

**13:00 – 17:00 Uhr**

**Kosten:** freiwillige Spende

Anmeldung bis 17. Februar



## Info & Anmeldung

**Anmeldung:** wenn nicht anders angegeben, bitte bis 1 Woche vor der Veranstaltung

**Tel.** 0732/29 29 20-402 oder

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

# Veranstaltungen außer Haus

## Treffen Bezirksgruppe

Informieren Sie sich über kostenlose Beratungs- und Serviceleistungen und lernen Sie in einer gemütlichen Runde neue Menschen kennen.

► *Mittwoch, 26. Februar*

► *Mittwoch, 26. März*

**14:00 – 16:30 Uhr**

**Kosten:** freiwillige Spende

**Info & Anmeldung:** Andreas Zehetgruber, Tel. 0664/54 09 472

 Restaurant Josef Linz  
Landstraße 49, 4020 Linz

## Klettern

Kennenlernen der Faszination Klettern unter professioneller Anleitung.

**Mitzubringen sind:** dünne Socken für die Kletterschuhe, Trainingsgewand (Jogginghose/Leggings, kurzes Leiberl und Pulli), Behindertenpass für Ermäßigung beim Eintritt

**Voraussetzungen für die Kurs-  
teilnahme:** Mindestalter 16 Jahre,  
Körpergewicht unter 100 kg

**Eintritt:** 8,80 Euro (Personen mit Beeinträchtigung ab 50% erhalten den Kinder-/Jugendtarif)

**Leihmaterial:** Klettergurt: 3 Euro  
Kletterschuhe: 4 Euro

Einstieg jederzeit möglich  
Anmeldung unter

**Tel:** 0732/29 29 20 – 401

 Kletterhalle Linz Auwiesen  
Auwiesenstraße 202, 4020 Linz  
**Anreise:** Bus Linie 12  
Straßenbahn Linie 1

# Termine in Graz

Veranstaltungen in der Petersgasse 87/28, 8010 Graz

Foto: Pexels/Katya Filatova

## Hilfsmittelberatung

Die Firma VIDEBIS bietet ab sofort einmal im Monat eine Hilfsmittelberatung am Standort Graz an. Es werden praktische Alltagshelfer, neue Geräte und auf Bedürfnisse optimal abgestimmten Sehhilfen gezeigt.

► *Dienstag, 4. März*

Anmeldung bis 28. Februar

► *Dienstag, 1. April*

Anmeldung bis 28. März

**9:00 – 12:00 Uhr**

## Frühstück & Plauderei

Bei einem gemeinsamen Frühstück haben wir Zeit und Gelegenheit uns kennenzulernen und auszutauschen.

Alle sind eingeladen, zum Frühstück etwas zum Teilen mitzubringen.

► *Donnerstag, 6. März*

Anmeldung bis 4. März

► *Donnerstag, 10. April*

Anmeldung bis 8. April

**9:00 – 11:00 Uhr**



## Spieleabend Graz

Wer gemeinsam spielend einen netten und gemütlichen Abend verbringen möchte, ist hier genau richtig.

*Donnerstag, 13. März*

Anmeldung bis 11. März

**16:00 – 18:00 Uhr**

## Info & Anmeldung

Zu allen Veranstaltungen unter  
**Tel.** 0316/49 60 96 oder  
**E-Mail:** graz@hilfsgemeinschaft.at



# Frühlingserwachen in der ÖJAB Waldpension

**Waldpension:** Wie das Leben im Alter lebenswert bleibt.

Text: Andreas Gruber | Fotos: Waldpension

**D**er Frühling klopft an die Tür – eine Zeit der Erneuerung, des Aufbruchs und des Wachstums. Doch auch im Alter können wir noch viel Neues erleben. In der ÖJAB Waldpension in Hohegg in Niederösterreich wird jeder Tag mit einem Blick auf die Zukunft und einer Einladung zum persönlichen Wohlfühl gestaltet.

Doch wie gelingt es, die eigenen Wünsche und Bedürfnisse im Alter zu verwirklichen? Wie schaffen

wir es, Einsamkeit zu vermeiden und das Leben in seiner ganzen Vielfalt zu genießen? Antworten darauf finden sich in der ÖJAB Waldpension, die im Frühling 2025 nicht nur für die Bewohner eine neue Saison des Lebens einläutet, sondern auch ein Modell für ein erfülltes Leben im Alter bietet.

## Wie vermeiden Sie Einsamkeit im Alter?

Einsamkeit ist ein Thema, das viele Menschen im Alter beschäftigt.

Gerade wenn die Mobilität eingeschränkt wird oder sich das soziale Netzwerk verringert, können die Tage lang und still werden. Doch in der ÖJAB Waldpension wird Einsamkeit nicht dem Zufall überlassen. Hier steht das Motto „Zeit für mich und meine Wünsche“ an oberster Stelle.

Was bedeutet das? Es bedeutet, dass in der Waldpension jede Bewohnerin und jeder Bewohner die Möglichkeit hat, den Tag nach

## Frühlingstimmung in der Waldpension



den eigenen Vorstellungen zu gestalten, ohne auf Gesellschaft und Unterstützung verzichten zu müssen.

### **Aktivitäten für mehr Gemeinschaft**

Die Bewohnerinnen und Bewohner werden von einem engagierten Team begleitet, das täglich für eine Atmosphäre der Gemeinschaft sorgt. Hier gibt es regelmäßig gemeinsame Aktivitäten, die den Austausch unter den Bewohnern fördern: Von gemütlichen Kaffeerunden bis hin zu kreativen Workshops und Bewegungsangeboten – die Waldpension bietet Raum für Gespräche, Lachen und gemeinsame Erlebnisse.

Besonders im Frühling, wenn die Natur wieder zum Leben erwacht, sind Ausflüge und Spaziergänge in die Umgebung ein Höhepunkt, bei dem auch die Gemeinschaft gestärkt wird.

Einsamkeit wird hier nicht einfach akzeptiert – sie wird aktiv verhindert. Doch auch der Kontakt zu Angehörigen und Freunden wird durch verschiedene Services und Hilfestellungen gefördert. Egal ob durch moderne Kommunikationsmittel oder persönliche Betreuung: Die Waldpension sorgt dafür, dass Verbindungen aufrecht bleiben.

### **Ein Blick in die Zukunft**

Wie sieht das Jahr 2025 in der Waldpension aus? Der Frühling

**Gemeinsame  
Übungen  
halten aktiv.**



ist nicht nur eine Zeit des Erwachens für die Natur, sondern auch für das Leben in der ÖJAB Waldpension. Im kommenden Jahr dürfen sich die Bewohnerinnen und Bewohner auf zahlreiche neue Angebote freuen.

Frühlingserwachen bedeutet die Welt draußen erblühen zu sehen und dabei auch das Leben drinnen in vollen Zügen zu genießen.

Das Jahr 2025 wird ein Jahr der Veränderungen und Erweiterungen: Neue Freizeitaktivitäten, ein noch breiteres Freizeitangebot und eine verstärkte Integration von Technologien, die den Alltag in der Waldpension erleichtern, sind nur einige der Highlights, auf die sich die Bewohnerinnen und Bewohner freuen können. Der Frühling wird nicht nur draußen blühen, sondern auch in den Herzen der Menschen, die das Leben in der Waldpension gestalten.

### **Einladung**

In der ÖJAB Waldpension wird der Frühling nicht nur als eine Jahreszeit gefeiert, sondern als eine Metapher für das Leben im Alter: wieder aufblühen, neue Energie tanken und die eigenen Wünsche verwirklichen. Hier, umgeben von der Schönheit der Natur und getragen von einer starken Gemeinschaft, wird das Leben auch im Alter zu einem wertvollen Abenteuer. ♦



### **Kontakt**

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

**Tel.** 02644/855 10

**E-Mail:**

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

Prof.-Robert-Vogel-Str. 1,  
2840 Grimmenstein





# 44.000 Schritte zur Ewigkeit

**Grab-Tour:** Vor Allerheiligen besuchten wir unsere verstorbenen Testamentspender:innen.

Text: Sonja Premur | Foto: privat

**W**erden Sie ein Teil von uns – auf ewig. Das ist unser Versprechen, das wir unseren Testamentsspenderinnen und -spendern aus vollster Überzeugung geben und halten.

Was es bedeutet, beschreibt die Grab-Tour 2024: Nahezu historisch gewachsen ist sie, die uns zu den letzten Ruhestätten der Testatorinnen und Testatoren der Hilfsgemeinschaft immer kurz vor Allerheiligen führt. 2024 waren es 45 Gräber auf 18 Friedhöfen.

Für mich war das Dabeisein ein Novum. Wenngleich ich schon bei meiner Einschulung in die Materie auf das Highlight des Jahres detailreich vorbereitet wurde. Wer jetzt glauben könnte, wir bescheiden uns vor Ort mit Lichterl anzünden und suchen eiligst das Weite, der irrt gewaltig.

## Tradition

Denn allein der Kofferraum wird dermaßen mit Equipment befüllt,

als stünde eine Weltreise bevor: Kübel, Bartwisch, Stielbesen, Kerzen mit Aufklebern, Unmengen an Seidenblumen, Gartenschere, Feuchttücher, Feuerzeuge, Fotoapparat.

Ordner mit Mappen für Dokumentationen, Ausdrucke von Lageplänen der Grabstätten, Telefonnummern von Gärtnereien. Dazu Thermoskannen mit diversen Heißgetränken zur Labung und Erwärmung, Bananen gegen Muskelkrämpfe und -kater, Brote zur dringenden nötigen Konstanthaltung der Kohlenhydratspeicher.

## Keine Müdigkeit vorgeschützt

Dazu ein sicherer und geduldiger Fahrer, der besonders am Zentralfriedhof stoisch den akustischen wie bildlichen Aufforderungen „Jetzt links, dann rechts, nein, doch noch mal links, ich glaub, wir sind schon ganz nah...“ nachgekommen ist und uns so unweit wie nur möglich zu unseren Testamentsspendern geführt hat.

Eine Wohltat, denn an diesem zweiten Tour-Tag war der Regen vormittags ein ungeladener Begleiter.

Bei jeder Station ertönte die gleiche Frage aus dem Fond: „Wie viele Gräber, was brauchen wir mit?“, und augenblicklich wurde diese mit „Drei Gräber, Kübel, Bartwisch, vier Kerzen, eine mit Krönchen, Schere, eine Solitärblume, zehn Rosen“ quittiert.

Sofort wurde der Bedarf entladen und der Trupp stapfte mit geschultertem Besen los – immer auf der Suche nach einer probaten, dem Grab möglichst nahe gelegenen Wasserquelle – und dann wurde angepackt: Grabplatten gewaschen und geschrubbt, Laternenglas gereinigt, Kerzen entzündet, Blumen arrangiert, Unkraut gezupft und geschnitten, an wilden Wurzeln gezerrt, Sockelsteine gekehrt und gewaschen, Altlasten entsorgt, das Ensemble auf Schäden geprüft und fotografisch dokumentiert.



Die Hilfgemeinschaft pflegt die Gräber.

Dazu reichlich Zeit, von den Verstorbenen zu erzählen, Sequenzen aus deren Leben für Momente ins Jetzt zurückzurufen, Abschied zu nehmen und zu versprechen, 2025 wieder vorbeizukommen.

### Weil Versprechen bindend sind

Erst beim Wagen erschallte der nächste Ruf: „Achtung, Besenstiel kommt!“, und schon durchfädelt dieser unaufhaltsam den Kofferraum, um schnurstracks die Rückbank zu teilen, denn der nächste Friedhof wartete zweifellos schon auf uns.

Auf diese Weise steht man vor Ruhestätten, die liebevoll gepflegt vermitteln, dass deren Bewohner nicht vergessen sind. Genau so findet man jene verlassen



## 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

Gräber vor, wechselt die Kerze der Hilfgemeinschaft gegen eine neue aus, da außer uns niemand mehr vorbeikommen kann. Aber es gibt auch jene in Trostlosigkeit versunkene Gräber. Während die Nachkommen scheinbar auf die Verstorbenen vergessen haben, halten wir ihr Andenken durch unser Kommen, Erinnern und liebevolle Gesten hoch.

Jede von uns ging 44.000 Schritte voller Freude und Dankbarkeit, um jene in der Vergänglichkeit zu besuchen, die uns nicht mehr entgegenkommen können, aber trotzdem Teil unserer Gemeinschaft sind. Und es zeigte sich, dass zwischen Freude und Trauer oft nur ein unendlich schmaler Grat liegt. ♦



# Spenden hilft – seit 90 Jahren!

**Unterstützung:** Für ein unabhängiges Leben für blinde und sehbehinderte Menschen

Text: Irene Zöhler-Schreiner | Fotos: Ludwig Schedl, Stefan Strasser



Über 12.000 Beratungen sind jährlich dank Spenden möglich.

**S**eit unserer Gründung am 3. August 1935 setzen wir uns für ein unabhängiges Leben für blinde und sehbehinderte Menschen ein. Damit ist die Hilfsgemeinschaft nicht nur die größte, sondern auch die älteste Selbsthilfeorganisation für blinde und sehgeschwache Menschen in Österreich.

Heute zählen wir fast 5.000 Mitglieder und konnten dank Ihrer Hilfe schon viele Meilensteine erreichen: 2001 haben wir als eine der ersten Organisationen das Spendengütesiegel erhalten. Vor drei Jahren eröffneten wir unseren Standort in Linz und 2024 kam eine neue Anlaufstelle in Graz hinzu.

Eine beträchtliche Erweiterung für unseren Wirkungskreis und unser Service.

### **Arbeit größtenteils spendenfinanziert**

Unsere Arbeit finanzieren wir größtenteils durch private Spenden. Dank dieser Unterstützung können

wir unseren Mitgliedern viele kostenlose und günstige Angebote bieten. Herzlichen Dank an alle, die uns unterstützen!

Jede Spende macht einen Unterschied – zum Beispiel in der Beratung: Jährlich beraten wir in über 12.000 Fällen zu wichtigen Themen wie Pflegegeld, Behindertenpass oder technischen Hilfsmitteln. Das ist nur möglich, weil viele Menschen regelmäßig spenden.

### **Lotterie Augenstern: Spenden für Lose**

Dabei versuchen wir unsere Spenderinnen und Spender auch immer wieder mit Aufmerksamkeiten zu belohnen. Dazu zählt der Bildkalender, der gegen eine Mindestspende von 8 Euro online oder in unserem Beratungszentrum in der Jägerstraße erhältlich ist.

Großer Beliebtheit erfreut sich unsere Lotterie Augenstern, bei der es tolle Preise zu gewinnen

gibt. Am 12. Februar startet unsere 18. Lotterie. Jeder Loskauf unterstützt die Hilfsgemeinschaft und ist eine Chance auf attraktive Gewinne. Ein Mercedes-Benz GLB, ein Möbelgutschein im Wert von 10.000 Euro und zwei Thermen-gutscheine à 5.000 Euro liegen diesmal im Lostopf.

### **Fördernde Mitgliedschaft**

Wer uns unterstützen möchte, hat viele Optionen: ob mit einer Einzelspende, einem Dauerauftrag oder durch die Teilnahme an besonderen Projekten. So konnten auch unsere Standorte in Linz und Graz dank großzügiger Spenden verwirklicht werden.

Eine weitere Möglichkeit ist die fördernde Mitgliedschaft. Mit einem Jahresbeitrag von 25 Euro können Menschen ohne Sehbehinderung oder mit beginnender Sehbeeinträchtigung die Angebote der Hilfsgemeinschaft unterstützen und kennenlernen.

### **Anlassbezogen spenden**

Feiern Sie Geburtstag oder ein Jubiläum? Sie können Ihre Gäste bitten, anstelle von Geschenken an die Hilfsgemeinschaft zu Gunsten blinder und sehbehinderter Menschen zu spenden. Das ist online über unsere Website möglich. Wir stellen Ihnen für Feiern gerne auch eine Spendenbox oder Erlagscheine zur Verfügung. Auch in Geschäften oder Arztpraxen können Spendenboxen aufgestellt werden. ♦

### **Sie möchten spenden?**



**Kontakt:** Spendenservice

**Tel.** 01/330 35 45–18

**E-Mail:**

service@hilfsgemeinschaft.at

**Spendenkonto:**

AT56 6000 0000 0767 0000



## **Helfen und gewinnen**

Ab dem 12. Februar findet unsere 18. Lotterie statt. Der Reinerlös eines Loskaufs kommt blinden und sehbehinderten Menschen zugute und ist eine Chance auf attraktive Gewinne: Ein Mercedes-Benz GLB, ein Möbelgutschein im Wert von 10.000 Euro und zwei Thermen-gutscheine à 5.000 Euro liegen diesmal im Lostopf. Insgesamt gibt es Preise im Wert von rund 133.229 Euro zu gewinnen.

Lose können unter der kostenlosen Rufnummer 0800 20 20 38 und über die Internetseite [www.lotterie-augenstern.at](http://www.lotterie-augenstern.at) bestellt werden. Jeder Loskauf ist als Spende steuerlich absetzbar. Die Zusendung der Lose erfolgt per Post. Die öffentliche Ziehung findet am 12. Juni 2025 unter notarieller Aufsicht statt.





Blutdruckmessgerät  
mit XL-Display

# Sprechendes Blutdruck- messgerät

**Hilfsmitteltipp:** Größen für Handgelenk  
oder Oberarm verfügbar

Text: Verena Mayrhofer | Foto: Marlene Liebhart



Ihr Vorsatz für das neue Jahr war eigentlich, für mehr Entspannung und Ruhe zu sorgen. Aber irgendwie schaffen Sie das nicht so richtig? Umso wichtiger ist es, auf den Blutdruck zu achten, vor allem wenn schon eine bekannte Veranlagung für Blutdruckerkrankungen vorliegt.

## **Klein und handlich oder mit großem Display**

Mit dem sprechenden Blutdruckmessgerät liefert die Firma Beurer einen wichtigen Helfer für blinde und sehbehinderte Menschen. Zur Auswahl stehen zwei Blutdruckmesser: das kleinere Gerät für das Handgelenk und ein etwas größeres mit XL-Display für den Oberarm.

## **Sprachausgabe möglich**

Beide bestechen durch ein weiß

beleuchtetes Display und deutliche Sprachausgabe mit regulierbarer Lautstärke. Zusätzlich sind die Messergebnisse nach einer farbigen Skala eingestuft und zeigen Risikofaktoren deutlich an. Auch vor einer möglichen Herzrhythmusstörung wird gewarnt.

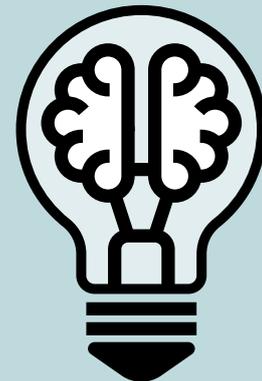
Im Lieferumfang enthalten sind Batterien und eine Manschette. Bei Interesse besuchen Sie uns im Hilfsmittelshop in der Jägerstraße in Wien und lassen sich von uns beraten.

## **Die wichtigsten Funktionen zusammengefasst:**

- Manschette (14 bis 19,5 Zentimeter für das Handgelenk / 22 bis 36 Zentimeter für den Oberarm)
- Mit integriertem Lautsprecher

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

# Gehirn-Jogging

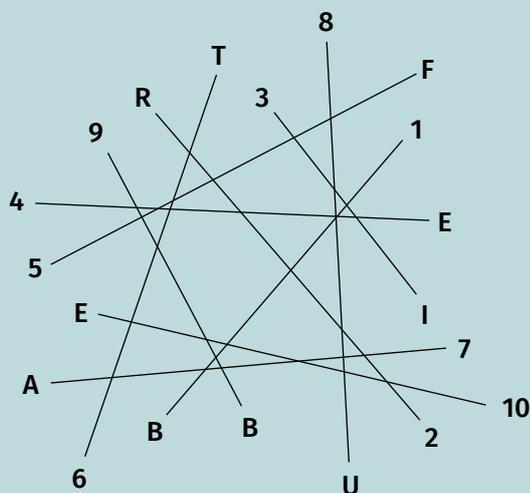


**Mentale Fitness:** Regelmäßiges Training bringt Erfolg.

Haben Sie Lust auf heiteres Gedächtnistraining, speziell für sehbehinderte und blinde Mitglieder? Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 10:00 bis 12:00 Uhr im Beratungszentrum in 1200 Wien, [www.hilfsgemeinschaft.at](http://www.hilfsgemeinschaft.at)

## Buchstaben-Konfusion

Hier sind die Buchstaben des gesuchten Lösungswortes durchnummeriert. Diese sind allerdings kreuz und quer verstreut. Übertragen Sie die Buchstaben der Reihe nach in das Lösungsfeld. Schon ist die Konfusion aufgelöst!



## Ziffern-Muster einprägen

Prägen Sie sich die Anordnung der Ziffern im ersten Kästchen gut ein. Decken Sie dann das Kästchen ab und tragen Sie im Kästchen darunter die Ziffern genau an denselben Stellen ein. Und so machen Sie mit den nächsten Kästchen weiter.

4	7	
	6	
		1

	3	
5		9
8		



7		5
	8	
	6	2

		4
	1	
8	6	



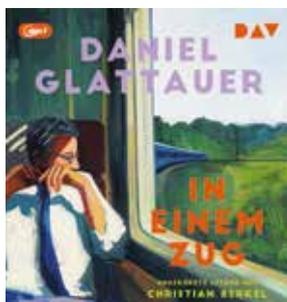
Quelle: Mental aktiv, Lösungen auf S. 28



# Werke großer Autoren

**Hörbuchtipps:** Neuerscheinungen mit Texten von Glattauer, Köhlmeier und über Hemingway

Text: Irene Zöhrer-Schreiner | Fotos: Der Audio Verlag, der Hörverlag, Diwan Hörbuchverlag



## In einem Zug

Daniel Glattauer

Eduard Brünhofer, ehemals gefeierter Autor von Liebesromanen, sitzt im Zug von Wien nach München. Nicht unbedingt in der Absicht, sich mit der Frau frühen mittleren Alters im Abteil zu unterhalten. Erst recht nicht in der Absicht, über seine Ehejahre mit Gina zu reflektieren. Aber Therapeutin Catrin Meyr ist unerbittlich. Sie stellt ungeniert die indiskretesten Fragen. Kurzum: Sie will über die Liebe reden. Und bringt den Autor dabei in ziemliche Bedrängnis. Ungekürzte Lesung mit Christian Berkel.

**1 mp3-CD**

**Laufzeit:** 5 Stunden 28 Minuten

**Preis:** 23 Euro

[www.der-audio-verlag.de](http://www.der-audio-verlag.de)



## Die Verdorbenen

Michael Köhlmeier

Als Johann ein Kind war, fragte sein Vater, ob er einen Wunsch im Leben habe. Und Johann hatte sich nicht getraut zu antworten: „Einmal im Leben möchte ich einen Mann töten.“ Anfang der Siebziger kommt Johann zum Studieren in die Stadt, den Kopf voll wirrer Träume. Er trifft Christiane und Tommi, die ein Paar sind und ihn in ihre Mitte nehmen. Michael Köhlmeiers Roman erzählt vom falschen Leben im richtigen. Von vergangener Schuld und lebenslanger Unschuld. Ungekürzte Lesung mit Michael Köhlmeier.

**4 CDs**

**Laufzeit:** 4 Stunden 4 Minuten

**Preis:** 23 Euro

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



## Ein Gespräch über Ernest Hemingway – Die Killer und Das kurze glückliche Leben des Francis Macomber

Ulrike Draesner und John von Düffel

Die Schriftstellerin Ulrike Draesner und der Autor John von Düffel diskutieren Hemingways Erzählkunst und nehmen dabei auf zwei seiner Werke Bezug: In Hemingways Short Story „Die Killer“ wird Nick Adams Zeuge eines Überfalls auf ein Lokal, bei dem zwei Gangster einen ehemaligen Boxer ermorden wollen. In „Das kurze glückliche Leben des Francis Macomber“ geht es um eine Großwildjagd in Kenia.

**Audio-CD**

**Laufzeit:** 1 Stunde 11 Minuten

**Preis:** 15 Euro

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

# Besondere Hörspiel Gustostückerl

**Preisgekrönt:** Top 10 der Publikumsliebliche und Ö1 Hörspiel-Gala

Text: Irene Zöhler-Schreiner | Foto: Pexels/RDNE Stock project

*Freitag, 22. Februar, 14:00 Uhr*  
**Die Top 10 des Jahres**

## Das Ö1 Hörspiel-Magazin

Das Hörspiel ist die Form des Radios, die im Medium Radio den größtmöglichen Freiheitsraum hat. Ö1 Hörerinnen und Hörer waren aufgerufen, das ihrer Meinung nach beste Hörspiel des Jahres zu küren. In dieser Ausgabe des Ö1 Hörspiel-Magazins werden die nominierten Produktionen vorgestellt. Darunter sind zum Beispiel Hofmannsthals Romanfragment „Andreas“, Christoph Ransmayrs früherer Text „Strahlender Untergang“, Elisabeth Weilenmanns „LIBIDODialoge“ oder auch Magda Woitzucks Geschichte „Demeter und das Licht“.

*Freitag, 28. Februar, 19:05–22:00 Uhr*  
**Die Ö1 Hörspiel-Gala**

## Live aus dem ORF

### RadioKulturhaus

Das Hörspiel ist eine große Bühne für Schauspielerinnen und Schauspieler. Mehr als 120.000 Menschen hören wöchentlich Hörspiele in Ö1. Doris Glaser und Andreas Jungwirth präsentieren im Rahmen der traditionellen Ö1 Hörspiel-Gala die besten Hörspiele des Jahres.

Das Voting von Ö1 Hörerinnen und Hörern entscheidet, wer den diesjährigen Publikumspreis erhält. Kulturjournalistinnen und -journalisten verschiedener Printmedien

nominieren das ihrer Meinung nach künstlerisch ansprechendste und anspruchsvollste Originalhörspiel des Jahres.

Ebenfalls ausgezeichnet werden die Gewinnerinnen und Gewinner des Kurzhörspielwettbewerbs track 5' und Dörte Lyssewski als Hörspiel-Schauspielerin des Jahres.

Im Rahmen der Ö1 Hörspiel-Gala wird auch ein Sonderpreis für das beste Sounddesign eines Hörspiels vergeben.

Ö1 überträgt direkt. Ein Live-Videostream ist unter [radiokulturhaus.orf.at](https://radiokulturhaus.orf.at) zu sehen. ♦





# Termine im Theater mit Audiodeskription

## Überblick: Aufführungen im März in Wien

Text: Irene Zöhrer-Schreiner | Foto: Moritz Schell

Über das Projekt theater4all gibt es für blinde und sehbehinderte Menschen in den Wiener Theatern die Möglichkeit, verschiedene Aufführungen mit Live-Audiodeskriptionen zu vergünstigten Konditionen zu besuchen. Für folgende Termine im März 2025 sind Karten verfügbar.

### Ever Given

von Helgard Haug, im Volkstheater

3. März, 19:30 Uhr

Kartenpreis: 17 Euro

**Inhalt:** 2021 blockiert das Containerschiff Ever Given den Suezkanal und bringt den Welthandel zum Stillstand. Was passiert, wenn nichts mehr geht? Regisseurin Helgard Haug inszeniert einen Theaterabend über radikale Wendepunkte im Leben.

### Biedermann und die Brandstifter

von Max Frisch

im Theater in der Josefstadt

17. März, 19:30 Uhr

Kartenpreis: 15 Euro

**Inhalt:** Gottlieb Biedermann nimmt trotz Angst vor Brandstif-

tungen zwei Fremde auf. Während Biedermann die beiden bewirtet und versucht, sich mit ihnen zu solidarisieren, schaffen diese unverhohlen ein Benzinfass nach dem anderen auf den Dachboden.

### Verbranntes Land (Salty Irina)

von Eve Leigh,

im Schauspielhaus

26. März, 20:00 Uhr

Kartenpreis: 10 Euro für Personen mit Behindertenpass

**Inhalt:** In einer Stadt verschwinden Menschen – Anna und Eireni vermuten rassistische Gewalt. Statt auf ihr erstes Date zu gehen, schleichen sie sich in ein völkisches Sommerlager, um zu ermitteln. Zwischen falschen Identitäten und aufkeimender Liebe stellt sich die Frage: Was braucht es, um Faschismus zu bekämpfen?

### Kartenreservierung

Irene Zöhrer-Schreiner

Tel. 01/330 35 45–82

E-Mail: irene.zoehrer@hilfsge-meinschaft.at ♦



Biedermann und die Brandstifter im Theater in der Josefstadt

## Gehirn-Jogging

Lösungen von Seite 25

Lösung Worträtsel:

BRIEFTAUBE

# AUGust ist für alle da!

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

Text: Irene Zöhrer-Schreiner | Illustration: Stefan Strasser



**Leserin:** Beim Einkaufen ist mir aufgefallen, dass es neue Rückgabautomaten für Plastikflaschen und Getränkedosen gibt – was hat es damit auf sich?



**AUGust:** Seit 1. Jänner gibt es in Österreich ein neues Einwegpfandsystem: Für Plastikflaschen und Getränkedosen (0,1 bis 3 Liter) werden 0,25 Euro Pfand verrechnet. Im Geschäft oder auch an Getränkeautomaten kannst du dein Geld einfach zurückbekommen: Gib die Gebinde über die Automaten zurück. Die Pfandsumme wird dann automatisch berechnet und kann ausbezahlt werden.



Wie das funktioniert? Die Flaschen und Dosen haben ein Pfandlogo, das vom Automaten erkannt wird. Achtung! Noch gilt eine Übergangsfrist und daher sind auch Gebinde ohne Pfandlogo und ohne Pfandrückgabe im Umlauf. Du kannst sie wie bisher entsorgen. Das gilt auch für Tetrapak, Milchpackungen und medizinische Produkte. Sie sind vom Pfandsystem weiterhin ausgenommen.



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! ♦



Service ♦ Theatergruppe

# Aufführung der Theatergruppe Jägerstraßler

**Anatols Hochzeitsmorgen:** Unterhaltsames Stück von Arthur Schnitzler

Text: Irene Zöhler-Schreiner | Foto: Veronika Kerschbaum

**D**ie Theatergruppe Jägerstraßler lädt am 7. März um 15:00 Uhr zur Aufführung von Anatols Hochzeitsmorgen in die Hilfgemeinschaft ein. Das Stück von Arthur Schnitzler entführt in die Wiener Gesellschaft um 1900 und verspricht ein pointiertes und unterhaltsames Erlebnis. In dem Einakter geht es um Lebeermann Anatol, in dessen Schlafzimmer sich am Morgen seines Hochzeitstages Turbulenzen anbahnen: Seine Geliebte Ilona

ist noch zugegen. Anatols Freund Max ist bemüht, das Unheil aufzuhalten.

Das Stück wurde von Veronika Kerschbaum, seit 17 Jahren Leiterin der Theatergruppe, für vier Schauspielende in eine passende Fassung umgearbeitet. In Form einer Erzählstimme wird es eine Audio-deskription geben. Zu Beginn werden die Kostüme beschrieben. Auch für diese zeichnet die Theatergruppe selbst verantwortlich.

## Info und Anmeldung

7. März

15:00 Uhr

**Kosten:** freiwillige Spende

### Anmeldung:

am Empfang in der Jägerstraße,  
im Web: [www.hilfsgemeinschaft.at](http://www.hilfsgemeinschaft.at)  
und unter

**Tel.** 01/330 35 45-0

 Beratungszentrum  
der Hilfgemeinschaft  
Jägerstraße 36  
1200 Wien ♦



Die kreative  
Theatergruppe  
Jägerstraßler

# Exponate von Menschen mit Behinderungen gesucht

„Disability History“: Haus der Geschichte Österreich sucht Plakate, Hilfsmittel und Erinnerungsstücke.

Text: Irene Zöhrer-Schreiner | Foto: eSeL.at Lorenz Seidler/hdgö

**M**enschen mit Behinderungen kämpfen seit jeher für ihre Rechte und Selbstbestimmung – im eigenen Leben und in der Gesellschaft. Doch diese Geschichten werden in Museen oft wenig beachtet. Das Haus der Geschichte Österreich möchte das ändern und startet einen Sammlungsschwerpunkt zur „Disability History“.

Gesucht werden Objekte von Menschen mit Behinderungen, die

zeigen, wie Barrieren überwunden werden konnten. Protestplakate, Hilfsmittel, persönliche Erinnerungsstücke – alles, was vom Einsatz für Sichtbarkeit und Inklusion erzählt, wird vom Haus der Geschichte gesucht. Die Beiträge können Teil einer Web-Ausstellung werden, die diese wichtigen Geschichten sichtbar macht.

Weitere Informationen dazu unter Tel. 01/534 10–795 oder per E-Mail unter [dh-sammeln@hdgoe.at](mailto:dh-sammeln@hdgoe.at) ◆



Ausstellung im Haus der Geschichte Österreich

## 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:** Irene Zöhrer-Schreiner, DW 82, [irene.zoehrer@hilfsgemeinschaft.at](mailto:irene.zoehrer@hilfsgemeinschaft.at)

**Anzeigen:** Irene Zöhrer-Schreiner, DW 82, [inerate@hilfsgemeinschaft.at](mailto:inerate@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 April/Mai 2025**

**Anzeigenschluss:** 17. März 2025

**Druckunterlagenschluss:** 26. März 2025

**Erscheinungstermin:** 10. April 2025

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.

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

**Coverfoto:** Shutterstock/Marta Sher



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



**Hilfsgemeinschaft**  
der Blinden und Sehschwachen Österreichs

Lotterie  
**Augenstern**

**Preise im  
Gesamtwert von  
€ 133.229,25  
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](http://www.lotterie-augenstern.at) bestellt werden. Die Zusendung der Lose erfolgt auf dem Postweg.

## Strahlen.

Die öffentliche Ziehung findet am 12. Juni 2025 unter notarieller Aufsicht statt.

*Viel Glück!*



## Ihr Vorteil

Loskauf und Spende steuerlich absetzbar!

## Mercedes Benz GLB € 50.767,25

Geräumiges Kompakt-SUV mit attraktiver Ausstattung: der neue Mercedes-Benz GLB

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.