



Grundlagenwissen zu RBA Rehabilitation zur Bewältigung des Alltags I

Für Beratende der Mitgliedsvereine im DBSV ist dieses Dokument Teil der Wissensdatenbank, Onlinekurs und Skript zum Präsenzseminar für die Beraterqualifizierung nach Blickpunkt Auge Standard.

Inhaltsverzeichnis

Grundlagenwissen zu RBA Rehabilitation zur Bewältigung des Alltags I.....	1
Einleitung	3
1 Medizinische Diagnose und Behandlung	3
2 Auswahl und Versorgung mit Sehhilfen, sowie Training in der Nutzung (Low Vision)	4
3 Zugang zu Sozialleistungen.....	5
4 Psychische Begleitung	5
5 Lebenspraktische Fähigkeiten (LPF).....	6
5.1 Was sind lebenspraktische Fähigkeiten (LPF).....	6
Exkurs 10-Finger-Tastschreiben	7
5.2 Finanzierung.....	9
5.2.1 Finanzierung durch die Krankenkasse	9
5.2.2 Finanzierung durch die Eingliederungshilfe.....	10
5.2.3 Andere Kostenträger	10
5.3 Verfahren bei der Antragstellung	10
5.4 Weitere Informationen, Links	11
6 Orientierung und Mobilität (O&M).....	11
6.1 Einführung	11
6.2 Finanzierung.....	12
6.2.1 Finanzierung durch die gesetzlichen Krankenkassen.....	13
6.2.2 Antragsverfahren bei der Krankenkasse	13
7 Hilfsmittelversorgung/-beratung und Einweisung in die Nutzung.....	13

7.1	Welche Hilfsmittel gibt es und was sind ihre Funktionen?	13
7.1.1	Markierungen und Kontraste.....	13
7.1.2	Mobilitätshilfen und Kennzeichnungen.....	14
7.1.3	Kommunikationshilfen	14
7.1.4	Hilfsmittel für den Haushalt	15
7.1.5	Schreiben der Blindenschrift	16
7.1.6	Hilfsmittel für die Freizeit	16
7.1.7	Hilfsmittel für den Medizin- und Gesundheitsbereich.....	17
7.1.8	Diverses	18
7.2	Welche Hilfsmittel soll ich meinen Ratsuchenden am besten empfehlen?	18
7.3	Wichtige Begriffsklärung.....	18
8	Beratung und Schulung zum Umgang mit Assistenzpersonen/Angehörigen	19
9	Beratung zur Freizeitgestaltung und Freizeitangebote	21
10	Blindentechnische Grundausbildung (BTG)	21
11	Impressum	21

Einleitung

Rehabilitation zur Bewältigung des Alltags (RBA) bedeutet Trainings- und Schulungsmaßnahmen in verschiedenen Bereichen aber auch die Beratung dazu. Während medizinische Reha sich z. B. auf Augenmedizin und berufliche Reha auf die Erhaltung oder Wiedererlangung des Arbeitsplatzes bezieht, geht es in der RBA um Dinge, die man können muss, um im Alltag klarzukommen: Lesen, mobil sein, sich selbst versorgen, seinen Tag gestalten. Im Folgenden erfahren Sie, was alles zu RBA gehört.

Alle Beratungs- und Schulungsangebote können im Prinzip auch von Blinden- und Sehbehindertenvereinen selbst angeboten werden. Manche Vereine haben z. B. Rehalerher angestellt und bieten Unterricht in LPF und O&M an. Alle Beratungs- und Schulungsbereiche können teilweise von selbst betroffenen Ehrenamtlichen angeboten werden, z.B. Handhabung technischer Geräte und Gehen mit einer Begleitperson. Manche Leistungen können aber nur von speziell ausgebildeten Fachkräften angeboten werden.

Die wichtigsten Themen der Rehabilitation zur Bewältigung des Alltags sind der Unterricht in Orientierung und Mobilität und der in lebenspraktischen Fähigkeiten. Dafür spielt die Nutzung von Hilfsmitteln eine große Rolle. Bei erblindeten Menschen ist die Brailleschrift wichtig. RBA sollte aber immer ganzheitlich gesehen werden. Um nach einem Sehverlust wieder positiv und fit ins Leben zu starten, braucht man nicht nur einzelne Fähigkeiten, sondern muss in seinem Leben wieder kompetent handeln wollen und können.

Daher gibt es hier einen kurzen Überblick über alle Bereiche der RBA, die teilweise in anderen Online-Kursen behandelt werden.

1 Medizinische Diagnose und Behandlung

Ursache von Blindheit und Sehbehinderung sind i. d. R. Augenerkrankungen. Die medizinische Diagnose und Behandlung sind ausschließlich Aufgabe von Augenärzten. Aufgabe der Blinden- und Sehbehindertenvereine ist es, den Ratsuchenden grundsätzliche Orientierung zu ihren jeweiligen Augenerkrankungen zu geben, bestehende Wünsche auf Heilung ernst zu nehmen, aktuelle Informationen weiterzugeben sowie die Augenerkrankungen auch für Laien verständlich zu erklären. Die Beratung muss oft mit Ratsuchenden zusammen aushalten, dass diese an einer nicht heilbaren Erkrankung leiden.

Mehr dazu erfahren Sie unter nachfolgenden Links:

- Aufbau und Funktion des Auges
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/augenmedizin_pub/wissen_augenmedizin_1_aufbau_auge.docx
- Altersabhängige Makuladegeneration
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/augenmedizin_pub/wissen_augenmedizin_2_amd.docx
- Glaukom
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/augenmedizin_pub/wissen_augenmedizin_3_glaukom.docx
- Katarakt
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/augenmedizin_pub/wissen_augenmedizin_4_katarakt.docx
- Diabetische Netzhauterkrankung
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/augenmedizin_pub/wissen_augenmedizin_5_dr.docx

2 Auswahl und Versorgung mit Sehhilfen, sowie Training in der Nutzung (Low Vision)

In der Low Vision Beratung geht es nicht nur um die richtigen, Sehhilfen, sondern um alle Strategien, die bei besserem Sehen helfen.

Zentral sind meist die folgenden fünf Punkte:

1. Ist die Sehschärfe betroffen?
Objektvergrößerung, näher herangehen, vergrößernde Sehhilfen
2. Ist das Gesichtsfeld betroffen?
Hilfen für die Orientierung, z. B. Stock, verkleinernde Sehhilfen
3. Gute Beleuchtung vor allem mit indirektem Licht
4. Starke Kontraste, z. B. an Treppen, Lichtschaltern, Tischsets und Glasuntersetzer
5. Blendung vermeiden mit Sonnenkappe, Kantenfiltergläsern, Rollo

Näheres in einem eigenen Kurs.

3 Zugang zu Sozialleistungen

Die Beratung klärt die Ratsuchenden über Nachteilsausgleiche und Rechte auf, die sie aufgrund ihrer Seheinschränkung haben. Die Kernkompetenz der Beratung liegt dabei bei den Themen Blinden- / Sehbehindertengeld, Schwerbehindertenausweis, Hilfsmittel und Patientenrechte.

Wichtig ist dabei auch, Ratsuchende zu ermutigen, ihre Leistungen auch für Rehabilitation einzusetzen.

Mehr dazu erfahren Sie unter nachfolgenden Links:

- Grundlagen zu Recht
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/recht/wissen_recht_1_grundlagen.docx
- Blindengeld und Blindenhilfe
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/recht/wissen_recht_2_blindengeld.docx
- Nachteilsausgleiche
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/recht/wissen_recht_3_nachteilsausgleiche.docx
- Hilfsmittel
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/recht/wissen_recht_4_hilfsmittel.docx

4 Psychische Begleitung

Sie können Ratsuchenden Beratung aus der Sicht des Selbstbetroffenen anbieten.

Psychotherapie: Wenn die Beratung massive persönliche Krisen oder Beziehungskrisen erkennt, bietet sie die Vermittlung zu entsprechender psychologischer Beratung an. Eine Liste von Therapeuten, die speziell die Beratung blinder und sehbehinderter Menschen anbieten steht unter:

www.dbsv.org/ratgeber/rehabilitation/beratung-und-therapie/

Mehr dazu erfahren Sie unter nachfolgenden Links:

- Psychische Verarbeitung bei Sehverlust:
[https://blickpunkt-](https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/recht/wissen_recht_4_hilfsmittel.docx)

[auge.de/files/dokumente/wissen/krankheitsverarbeitung/wissen_krankheitsverarbeitung.docx](https://www.dbsv.de/files/dokumente/wissen/krankheitsverarbeitung/wissen_krankheitsverarbeitung.docx)

- Gesprächsführung:
https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/beratungskompetenz/wissen_kommunikation.docx

Im Modul A der DBSV-Beraterausbildung werden Methoden der Gesprächsführung ausführlich geübt.

Für die Ratsuchenden ist die DBSV-Broschüre „Der Weg geht weiter“ evtl. hilfreich: <https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/DBSV-Broschuere-Der-Weg-geht-weiter.pdf>

5 Lebenspraktische Fähigkeiten (LPF)

5.1 Was sind lebenspraktische Fähigkeiten (LPF)

Rehabilitation zur Bewältigung des Alltags (RBA) bedeutet Trainings- und Schulungsmaßnahmen in verschiedenen Bereichen aber auch die Beratung dazu. Während sich berufliche Rehabilitation auf die Erhaltung oder Wiedererlangung des Arbeitsplatzes bezieht, geht es in der RBA um Dinge, die man können muss, um im Alltag klarzukommen: Lesen, mobil sein, sich selbst versorgen, seinen Tag gestalten.

Die LPF-Schulung ist ein spezielles Schulungsprogramm für sehbehinderte oder blinde Menschen, auch mit einer zusätzlichen Beeinträchtigung (wie z. B. Hör- oder Bewegungseinschränkungen).

Je nach individuellem Bedarf werden spezielle Techniken und Handlungsstrategien erlernt, man erhält einen Überblick über Hilfsmittel und Hilfen für sehbehinderte und blinde Menschen und wird angeleitet, eigene Lösungsstrategien zu entwickeln. Notwendige Alltags- und Kulturtechniken werden somit erlangt oder wiedererlangt. Markierung von Gegenständen mit tastbaren Kennzeichen.

Techniken, die eine Schulung in LPF vermitteln kann sind unter anderen:

- Essenstraining (z.B. Schiebe- und Schneidetechnik, Eingießen, Brot bestreichen)
- Essenzubereitung und -nachbereitung (z.B. Schneiden, Würzen, Mengen messen und wiegen, Umgang mit Hitze)

- Körperpflege und Hygiene (z.B. Duschen, Auswählen von Kleidungsstücken, Haarpflege, Schminken, medikamentöse Versorgung, Kontrolle des Blutdrucks)
- Babypflege (z.B. Wickelmethode, Babynahrung zubereiten, Füttern)
- Wäschepflege (z.B. Waschen, Bügeln, Schuhe putzen, Knöpfe annähen)
- Reinigung der Wohnung (z.B. Flächen systematisch säubern, Betten beziehen, Wischen, Saugen)
- Systematische Suchtechniken (Objekte im Hand-, Armtraum oder mit dem ganzen Körper suchen und finden)
- Umgang mit Geld (Erkennen von Münzen und Scheinen)
- Schreiben der Handschrift (vor Allem eigene Unterschrift leisten)
- Kommunikation (z.B. Umgang mit dem Telefon oder Handy)
- Umgang mit Tonaufzeichnungsgeräten (CD-Spieler, Diktiergerät, Daisy-Player)
- Kleinere Reparaturen im Haus (z.B. Auswechseln einer Glühbirne, Umgang mit verschiedenen Werkzeugen, Schrauben eindrehen, Nägel einschlagen)
- Schreiben und Lesen der Blindenvoll- und -kurzschrift (Tastübungen zum Punktschriftlesen, Einführung in die Systematik der Braille-Schrift)
- Umgang mit elektronischen, computerbezogenen Hilfsmitteln (z.B. Umgang mit Sprachausgabeprogrammen oder Großschriftsoftware)

Die meisten dieser Fähigkeiten werden in einer professionellen LPF-Schulung vermittelt.

Dafür sollte Kontakt zu einer ausgebildeten Fachkraft hergestellt werden. Einige Beratungs- und Schulungsangebote können auch von Blinden- und Sehbehindertenvereinen selbst angeboten werden. Manche Vereine haben auch eigene Rehallehrerinnen und Rehallehrer angestellt und bieten professionellen Unterricht in LPF und O&M an.

Exkurs 10-Finger-Tastschreiben

Das Tippen mit zehn Fingern auf der Computertastatur ist für erblindete Menschen eine sehr wichtige Alltagsfähigkeit, die aber nicht im Rahmen des LPF-Unterrichts angeboten wird.

Eine Alternative kann sein:

MASCHTRAINER ist ein speziell für Blinde und Sehbehinderte konzipiertes kostenloses Programm zum Einüben des Maschinenschreibens mit 10-Finger-System.

- Seite von Christian Punz mit Download:
<http://www.punzinfo.at/htm/win.htm>
- Direkter Download:
http://www.punzinfo.at/downloads/vcl/MaschTrainer-V1_20.exe
- Kontakt zum Programmierer: cp_web@utanet.at

Beim Herunterladen und installieren des Programms werden je nach Sicherheitseinstellungen des Computers Warnhinweise angezeigt. Das Programm kann aber bedenkenlos installiert und genutzt werden.

Es gibt einige Anleitungen, die von einer synthetischen Stimme vorgelesen werden. Man bekommt jeweils eine Zeile angezeigt und angesagt. Diese tippt man nach und bekommt mit einem Tonsignal zurückgemeldet, ob man richtig getippt hat. Entweder muss man die Eingabe wiederholen oder bekommt die nächste zu tippende Zeile angesagt.

Bei blinden Lernenden empfiehlt es sich, einen Screenreader zu nutzen und dort das Tastaturecho einzuschalten, sodass alle getippten Tasten auch angesagt werden. Mit Screenreaderunterstützung ist auch die Bedienung des Menüs möglich. Bei Nutzung einer Braillezeile wird der zu tippende Text auch angezeigt und nach und nach durch das ersetzt, was man selbst eintippt.

Unerfahrene Lernende sollten sich am Anfang das Programm ausführlich erklären lassen. Dann können sie selbstständig üben.

Zum Vorlesen der zu tippenden Zeilen muss auf dem Computer eine synthetische Stimme installiert sein, z. B. Steffi:
<https://zugangswerk.de/downloads/RSSolo4German.zip>

Im Menü sollten unter Datei - Optionen (strg+o) folgende Einstellungen vorgenommen werden:

- Vorlage überschreiben
- Korrekturmöglichkeit
- Audiotexte wiedergeben
- Sounds wiedergeben und dort alle Optionen außer: Sound Tippen.
- Sprachunterstützung ein

- unter Stimmen werden die vom Programm nutzbaren installierten stimmen angezeigt; Lautstärke und Geschwindigkeit können individuell angepasst werden.

Die Übungen werden gestartet im Menü Aktionen – Trainingsbereich wählen (strg+b). Hier hat man die Auswahl zwischen:

- Sprachunterstützt lernen – mit Vorlesestimme
- Optisch lernen – mit Abschreiben vom Bildschirm

Dann kann man unter vielen Lektionen wählen. Es beginnt mit Buchstaben in der Grundstellung (asdf jklö) sowie Wörtern und dann kommen die anderen Buchstaben dazu. Es wird nicht erläutert, wie die Buchstaben außerhalb der Grundstellung zu erreichen sind. Auch hier ist ggf. Unterstützung durch eine erfahrene Person sinnvoll.

Folgende Befehle sind beim Üben hilfreich:

- Zeile noch mal lesen – strg+Pfeil-hoch
- Zeile Buchstabieren – strg+1
- Zeile überspringen und nächste Zeile lesen – strg+Pfeil-rechts
- vorhergehende Zeile lesen – strg+Pfeil-links

5.2 Finanzierung

5.2.1 Finanzierung durch die Krankenkasse

Das LPF-Training kann durch die gesetzliche Krankenversicherung finanziert werden. Es besteht dafür aber kein Rechtsanspruch, sondern es ist nur eine „Kann-Leistung“. 2006 haben einige gesetzlichen Krankenkassen Empfehlungen für ein medizinisches Basistraining für blinde und sehbehinderte Menschen verabschiedet und erbringen in diesem Rahmen Schulungen.

- Schulungsteilnehmer können nur blinde und hochgradig sehbehinderte Menschen sein – das Angebot gilt nicht für wesentlich sehbehinderte Menschen.
- Teilnehmen können nur neu von Sehbehinderung betroffene Menschen sein; von Geburt oder Kindheit an betroffene erhalten keine Leistungen aufgrund der Empfehlungen.

- Trainingsinhalte, die von der Kasse bezahlt werden sind: Ernährung, Körperpflege und hauswirtschaftliche Versorgung.
- Blinde können 20 Einheiten bekommen; Sehbehinderte 10 Einheiten; 1 Einheit entspricht 45-60 Min.
- Häufig bezahlt die Krankenkasse nicht die Kosten, die Reha-Lehrer verlangen, sondern es werden nur die Kosten in Höhe einer Ergotherapie bezahlt.

5.2.2 Finanzierung durch die Eingliederungshilfe

Eine LPF-Schulung kann auch eine Leistung der Eingliederungshilfe nach § 81 i. V. m. § 113 SGB IX sein.

- Eingliederungshilfeleistungen werden nur erbracht, wenn man bestimmte Einkommens- und Vermögensgrenzen nicht überschreitet. Ausnahme: Dient die Schulung dazu, den Schulbesuch im Rahmen der Schulpflicht zu ermöglichen oder zu erleichtern, dann wird vorhandenes Einkommen und Vermögen nicht berücksichtigt (Hilfe zur angemessenen Schulbildung).
- Anspruch haben bei Bedarf blinde, hochgradig sehbehinderte und wesentlich sehbehinderte Menschen.
- Die Eingliederungshilfe kann im Einzelfall ergänzend das bezahlen, was die Krankenkasse nicht übernimmt.

5.2.3 Andere Kostenträger

Im Einzelfall können auch andere Kostenträger, wie die Bundesagentur für Arbeit und die Rentenversicherung im Rahmen der Teilhabe am Arbeitsleben, die Berufsgenossenschaften sowie die Träger der Opferentschädigung zuständig sein.

5.3 Verfahren bei der Antragstellung

Vor Antragstellung sollten folgende Dokumente eingeholt werden:

- Verordnung durch den Haus- oder Augenarzt im Falle der Beantragung bei der Krankenkasse
- Reha-Plan und Kostenvoranschlag eines Reha-Lehrers

Eine Antragstellung bei der Krankenkasse erfolgt formlos unter Beilegung der Verordnung und des Reha-Plans sowie des Kostenvoranschlags.

Die Antragstellung auf Eingliederungshilfe erfolgt beim zuständigen Träger der Eingliederungshilfe. Man erhält dann in Folge alle Antragsunterlagen (z.B. Formulare zur Feststellung von Einkommen und Vermögen).

5.4 Weitere Informationen, Links

- Viele Tipps zur Alltagsbewältigung von blinden und sehbehinderten Menschen für Gleichbetroffene gibt es unter www.alltagstricks.de.
- Im Forum offsite.de – www.offsite.de geben Menschen mit Sehbehinderung ihre Erfahrungen bei alltäglichen Aktivitäten weiter, z. B. Markierungstechniken:
www.offsite.de/viewtopic.php?f=13&t=116&p=421&hilit=markieren#p421
Handreichungen zur Nutzung von Vergrößerungsfunktionen bei Windows, iOS und Android für sehbehinderte Menschen:
www.offsite.de/viewtopic.php?f=13&t=121&p=366&hilit=bagso#p366
- Rehalehrsuche nach Postleitzahl: So finden Sie Lehrkräfte in Ihrer Umgebung
www.rehalehrer.de/rehabilitationslehrerinnen/lebenspraktische-faehigkeiten/suche/
- LPF ungeliebtes Kind der Krankenkassen (Christiane Möller)
www.rbm-rechtsberatung.de/wp-content/uploads/2011/01/LPF-Ungeliebtes-Kind-der-Kostentraeger.html

6 Orientierung und Mobilität (O&M)

6.1 Einführung

Eine Schulung in Orientierung und Mobilität (O&M) ermöglicht blinden und sehbehinderten Menschen die Rückkehr zur Selbständigkeit im häuslichen Bereich und im Straßenverkehr. Die Schulung findet in der Regel am jeweiligen Wohnort und dort statt, wo der Teilnehmende sich alltäglich aufhält und wird durch qualifizierte und anerkannte Rehabilitationslehrer/-innen durchgeführt.

Das O&M-Training besteht aus:

- Techniken zum Gehen mit einer Begleitperson (z.B. Kontaktaufnahme, Treppen steigen, enge Stellen und Türen passieren)
- Langstocktraining (z.B. Pendeltechnik, Stockeinsatz bei Treppen, an speziellen Leitlinien für blinde und sehbehinderte Menschen entlanggehen, Hindernisse bemerken)
- Orientierungstechniken mit Nutzung des Sehrestes und von Sehhilfen (z.B. Monokular, Lupe, Kantenfiltergläser)

- Orientierungs- und Mobilitätsschulung in verschiedenen Umweltsituationen (Orientierung in geschlossenen Räumen und im Freien)
- Verwerten von taktilen Plänen und Karten bzw. der Nutzung von Plänen und Karten mit Sehrest
- U. U. Einsatz elektronischer Orientierungshilfen (z.B. Navigationsgerät)
- U. U. Umgang mit einem Blindenführhund

Umfang und Dauer des O&M-Trainings sind von verschiedenen Faktoren abhängig:

- Art und Auswirkung der Seheinschränkung: einige sehbehinderte Menschen benötigen nur O&M-Schulung bei den für sie problematischen Lichtverhältnissen (Dämmerung, bedeckter Himmel, Dunkelheit).
- Art und Umfang möglicher zusätzlicher Behinderungen: Menschen mit weiteren Beeinträchtigungen (z.B. Hörminderung, körperliche oder kognitive Beeinträchtigungen) benötigen in der Regel eine besondere und längere Schulung.
- Alter des Ratsuchenden: ältere Menschen benötigen teilweise mehr Schulungsstunden als Jüngere. Kinder benötigen ebenfalls mehr Schulungsstunden als Erwachsene, da ihre körperliche und geistige Entwicklung noch nicht abgeschlossen ist.
- Persönliche Ziele und Motivation: jeder Ratsuchende hat eine eigene Lebenssituation (Berufstätigkeit, Verpflichtungen, Familie, Hobbys) und daher auch individuelle Mobilitätsbedürfnisse (Orientierung zu Hause, in der Schule oder bei der Arbeit, Nutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln, Straßen überqueren).

Genauer Umfang und Dauer des O&M-Trainings werden in einem persönlichen Beratungsgespräch zwischen dem Ratsuchenden und dem/der O&M-Trainer/in ermittelt.

6.2 Finanzierung

Die Kosten für das O&M-Training werden nach Beantragung und Genehmigung von den gesetzlichen und, abhängig von der Vertragsgestaltung, von privaten Krankenkassen übernommen. Je nach individueller Situation können auch andere Kostenträger zuständig sein. In Frage kommen die Sozialhilfeträger und bei Berufstätigen die Agentur für Arbeit, die Rentenversicherung oder die Berufsgenossenschaft.

6.2.1 Finanzierung durch die gesetzlichen Krankenkassen

Bei blinden und hochgradig sehbehinderten Menschen ist die Verordnung eines Langstocks und einer O&M-Schulung unproblematisch möglich. Bei einem besseren Sehvermögen ist häufig eine Einzelfallbegründung gegenüber dem jeweiligen Kostenträger notwendig.

Altersbeschränkungen gibt es grundsätzlich nicht.

Die Krankenkassen bezahlen in der Regel nur Langstöcke für Personen, die auch ein O&M-Training absolvieren bzw. absolviert haben. Das liegt daran, dass eine O&M Schulung im Falle der Finanzierung durch die Krankenkasse rechtstechnisch die Einweisung in den Gebrauch des Hilfsmittels Blindenlangstock oder anderer Orientierungshilfen ist. Über die Krankenkasse erhält man daher nur eine Basisschulung finanziert.

Wie oft man Anspruch auf einen neuen Langstock oder eine neue Stockspitze hat, ist nicht gesetzlich festgelegt. Es kommt darauf an, wie viel und wie intensiv der Stock genutzt wird. Ein neuer Stock pro Jahr wird meist bewilligt.

6.2.2 Antragsverfahren bei der Krankenkasse

Mit den folgenden Unterlagen kann ein formloser Antrag bei der Krankenkasse gestellt werden:

- Verordnung durch den Haus- oder Augenarzt über das Blindenhilfsmittel "Langstock" und eine "Einweisung in dessen Gebrauch", in der die Notwendigkeit der Schulung in O&M mit Diagnose bescheinigt wird
- Kostenvoranschlag eines Trainers

7 Hilfsmittelversorgung/-beratung und Einweisung in die Nutzung

7.1 Welche Hilfsmittel gibt es und was sind ihre Funktionen?

7.1.1 Markierungen und Kontraste

- Farbige oder tastbare Markierungen: Mit solchen Markierungen können auch sehbehinderte Menschen die verschiedenen Geräte z.B. Computertastaturen, Waschmaschinen oder Herde selbstständig und sicher bedienen. Markierungen gibt es z. B. als selbstklebende tastbare

Gummipunkte oder flache farbige Papierklebepunkte. Die können aber auch aus Klebeband bestehen.

- Farbige Markierungstreifen für Treppenstufen: Ist die erste und die letzte Treppenstufe damit gekennzeichnet, fällt es Menschen mit einer Seheinschränkung leichter, Treppen zu benutzen.
- Reflexstreifen: Sie lassen sich an der Kleidung sowie an Geh- und Orientierungshilfen anbringen und helfen auch im Dunkeln frühzeitig gesehen zu werden.
- Nutzen von Kontrasten: Z.B. das Verwenden von farbigen Tischsets und die Anschaffung von gefärbtem Glas und farbigem Geschirr, kann das Erkennen von Gegenständen auf dem Tisch sehr erleichtern.

7.1.2 Mobilitätshilfen und Kennzeichnungen

Mit dem Tragen von Kennzeichnungen ermöglicht man es Autofahrern und anderen Verkehrsteilnehmern, sich adäquat zu verhalten. Die Kennzeichnungen dienen damit auch der eigenen Sicherheit. Sie sind zudem ein gutes Mittel, andere Menschen auf eine bestehende Seheinschränkung aufmerksam zu machen.

- Blindenlangstock: Auch sehbehinderte Menschen können den weißen Blindenlangstock nutzen, um sich besser zu orientieren und Hindernisse oder Gefahren zu erkennen. Gleichzeitig dient der gut sichtbare weiße Langstock als Kennzeichnung im öffentlichen Straßenverkehr.
- Stock-Jojo, um den Langstock an der Kleidung befestigen zu können, wenn man beide Hände frei haben muss
- Gelbe Armbinde mit 3 schwarzen Punkten: Das Tragen einer solchen Armbinde am Oberarm gilt als Schutzzeichen.
- Gelbe Button mit 3 schwarzen Punkten: Das Tragen allein eines Buttons reicht im Straßenverkehr nicht aus. Der Button ist vor allem hilfreich, um beispielsweise Busfahrer, Verkäuferinnen, Arzthelferinnen oder Passanten auf die Seheinschränkung aufmerksam zu machen.
- Navigations-Apps auf einem Smartphone helfen bei der Orientierung in fremder Umgebung. Besonders für Menschen mit Seheinschränkung sind etwa Blindsquare, My Way oder Via Opta Nav; auf dem allgemeinen Markt gibt es Google Maps, Tomtom, Navigon oder zum Wandern Komoot.

7.1.3 Kommunikationshilfen

- Telefone mit großen Tasten: Diese Telefone haben große Ziffern auf den Tasten und sind kontrastreich gestaltet.

- Mobiltelefone mit Sprachausgabe: die integrierte Sprachausgabe liest die Infos auf dem Display vor.
- Telefonsprachwahlboxen: Diese Geräte sind für analoge Telefone geeignet und ermöglichen es, aufgesprochene Namen und die dazugehörige Nummer zu speichern. Möchte man telefonieren, reicht es, den Namen anzusagen und die entsprechende Nummer wird automatisch gewählt.
- Diktiergeräte: Mit Diktiergeräten kann man Sprachnotizen, Gespräche oder auch Musik aufzeichnen. Für blinde und sehbehinderte Menschen ersetzen Aufnahmen mit dem Diktiergerät also beispielsweise handschriftliche Notizen.

7.1.4 Hilfsmittel für den Haushalt

Es gibt zahlreiche Hilfsmittel, die viele Tätigkeiten im Haushalt erleichtern. Spezielle Hilfsmittel für blinde und sehbehinderte Menschen:

- Mikrowellen: mit sprachgesteuerter Bedienführung
- Personen- und Küchenwaagen: mit Sprachausgabe
- Bügeleisen mit tastbaren Markierungen: für Dampfstärke und Temperatur
- Messbecher mit von innen und außen gut abtastbarer Messeinteilung
- Bandmaße: mit Punktschrift, mit Sprachausgabe oder farbig mit Löchern und ausgestanzten Kerben.
- Füllstandsanzeiger für Gefäße: sie geben einen Piepton bei Erreichen der vorher eingestellten Füllhöhe und einen Dauerton vor dem Überlaufen.
- Euro-Cash-Test: eine Schablone im Kreditkartenformat, mit der man Geldscheine von 5 bis 200 Euro ertasten kann. Auf der Rückseite dieser Schablone befindet sich ein Einschubkanal, mit dem man die Münzen prüfen kann. Den Wert des Geldes kann man dann in Blindenschrift auf der Schablone ablesen.
- Farberkennungsgeräte: sie ermöglichen Menschen, die Farben nicht oder nur sehr eingeschränkt wahrnehmen, selbstständig Farben unterscheiden zu können, wie es z. B. für die Auswahl der Kleidung notwendig ist. Das Gerät wird an den Gegenstand gehalten und sagt nach Tastendruck die jeweilige Farbe an.
- Penfriend Etikettenlesegerät: mit dem Penfriend können blinde und sehbehinderte Menschen u.a. Lebensmittel, CDs, Dokumente oder Bilder selbstständig erkennen. Der Penfriend besteht aus einem Stift mit integriertem Mikrofon und Lautsprechern, und eine Packung Etiketten. Man muss ein Etikett auf den zu markierenden Gegenstand kleben, den

Penfriend einschalten, die Aufnahmetaste drücken und das Label berühren. Nach einem kurzen Gong muss man den gewünschten Text in das Mikrofon sprechen. Wenn man danach das Label mit dem PenFriend berührt, hört man den aufgesprochenen Text.

Nützliche Alltagsgegenstände, die nicht extra für blinde und sehbehinderte Menschen gedacht sind:

- Antirutschmatte: Die Gummimatte kann auf den Tisch oder eine Arbeitsfläche gelegt werden. Schüsseln oder andere Behälter stehen darauf stabiler.
- Seifenspender: Darin kann Öl aufbewahrt und damit sicher dosiert werden.
- Einhand-Schneidebrett mit verschiedenen Halterungen für Lebensmittel, die dann mit nur einer Hand ohne Festhalten geschnitten werden können.
- Nadeleinfädler: ermöglicht das leichte Einfädeln für normale Nähadeln, als Drahtschlinge mit Griffblättchen oder komfortables kleines Gerät.
- Sockenhalter: sie halten die Strümpfe auch beim Wäschewaschen paarweise zusammen.

7.1.5 Schreiben der Blindenschrift

- Punktschrift-Tafel: Eine Schablone und Griffel, mit dem blinde und sehbehinderte Menschen mit der Hand Braille schreiben können.
- Punktschriftpapier: Dieses Papier gibt es in unterschiedlichen Größen es ist dicker wie normales Papier
- Prägezange: Mit diesem Gerät kann man Kunststoff- Prägebänder mit Punkt- Schriftzeichen prägen, und damit z. B. Haushaltsgeräte, Tiefkühlahrung, Flaschen oder Konserven kennzeichnen.
- Punktschriftmaschinen
- Braillezeile
- Infos dazu auch unter www.brailleinfo.eu

7.1.6 Hilfsmittel für die Freizeit

- Brett-, Karten- und Würfelspiele: für blinde und sehbehinderte Kinder und Erwachsene. Sie werden mit Prägungen, Punktschrift oder extragroße Symbole modifiziert (z.B.: Monopoly, Mensch-ärgere-dich-nicht, Schach, Domino, Skat, UNO).

- Weitere Infos über Spiele für sehbehinderte Menschen gibt es im Kurs Freizeitgestaltung/Kultur/Sport: https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/freizeit/wissen_freizeit.docx
- Hörbücher: Hörbücher im MP3-Format haben den Vorteil, dass ein Buch komplett auf nur eine CD passt, die Tonqualität bleibt auch nach häufigem Hören erhalten, das Unterbrechen ist möglich. Von sehbehinderten Menschen können Hörbücher in Blindenbüchereien kostenlos ausgeliehen werden. Um diesen Service nutzen zu können, ist lediglich das Einreichen einer Kopie des Schwerbehindertenausweises oder ein ärztliches Attest über die Sehbehinderung notwendig. Weitere Infos über Hörbücher erhalten Sie im Kurs Freizeitgestaltung/Kultur/Sport: https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/freizeit/wissen_freizeit.docx
- DAISY-Geräte: DAISY steht für „Digital Accessible Information System“. Blinde und sehbehinderte Menschen können bei einer DAISY-CD wie in einem richtigen Buch blättern und einfach von Kapitel zu Kapitel springen. In manchen DAISY-Büchern ist es auch möglich, nach bestimmten Seiten oder Sätzen zu suchen. Zudem passen auf eine DAISY-CD bis zu 40 Stunden lange Hörbücher bzw. mehrere kürzere Bücher. Auf eine bisher handelsübliche Hörbuch-CD passen hingegen maximal 80 Minuten.
- Newsreader als Hörzeitung: Der Newsreader ist eine Software für den Computer mit Sprachausgabe und Internetanschluss. Die speziell aufbereitete Tageszeitung wird über die Telefonleitung im PC gespeichert und kann nach Bedarf mit einer synthetischen Stimme vorgelesen werden. Eine einfache Tastatur ermöglicht es, aus dem Inhaltsverzeichnis der Zeitung bestimmte Artikel auszuwählen.
- Sport: gelbe Badekappe mit 3 schwarzen Punkten, Bälle für Blindenfußball, Goalball oder Gymnastik.

7.1.7 Hilfsmittel für den Medizin- und Gesundheitsbereich

- Tablettenboxen: für die Sortierung der Medikamente
- Akustische Tropfenzähler: sie ermöglichen beim Tropfen das Abzählen der Tropfenmenge durch ein akustisches Signal.
- Messgeräte mit Sprachausgabe: Blutdruck- und Blutzuckermessgeräte und Fieberthermometer gibt es mit Sprachausgabe.

UHREN:

- Armbanduhren für Sehbehinderte: kontrastreich und mit großen Ziffern
- Armbanduhren für Blinde: sprechende und taktile Armbanduhren

- Wecker: mit Sprachausgabe oder taktil

7.1.8 Diverses

- Relief-Karten: farbige bzw. schwarzweiße Darstellung
- Kalender für Sehbehinderte: klar und übersichtlich gestaltete Kalender, mehrfarbig gedruckt und in großem Format mit großen Zahlen.
- Kalender in Punktschrift
- Filz-, Faserstifte
- Zeichenfolie
- Taschenrechner: mit Sprachausgabe oder mit großen Zahlen.
- Unterschriftschablone: Schablone zur korrekten Ausrichtung der Unterschrift an beliebiger Stelle eines Schriftstücks.

Anbieter von Alltags- und elektronischen Hilfsmitteln:

www.hilfsmittelanbieter.dbsv.org

In den meisten Blinden- und Sehbehindertenlandesvereinen gibt es einen Ansprechpartner für Hilfsmittelfragen: www.hilfsmittelberater.dbsv.org

7.2 Welche Hilfsmittel soll ich meinen Ratsuchenden am besten empfehlen?

Es gibt keine allgemeingültigen Aussagen oder Standards, für wen welches Hilfsmittel das richtige und geeignete ist. Die Auswahl der passenden Hilfsmittel hängt im Wesentlichen von folgenden Faktoren ab:

- Art und Auswirkung der Seheinschränkung
- Art und Umfang möglicher zusätzlicher Behinderungen
- Tätigkeiten, die mit den Hilfsmitteln ausgeführt werden sollen

7.3 Wichtige Begriffsklärung

Sehr viele Dinge können zu Hilfsmitteln für blinde und sehbehinderte Menschen werden, z. B. ein gut lesbarer Faserstift oder ein Nadeleinfädler. Die Kostenträger - und besonders die Krankenkassen - haben aber einen viel engeren Begriff von Hilfsmitteln. Längst nicht alles, was hilfreich ist, wird auch bezahlt!

Im Dokument RBA I Wer bezahlt was? finden Sie ausführliche Informationen zum Thema Finanzierung von Hilfsmitteln: https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/rba/wissen_rba_1_grundlagen.docx

DBSV-Broschüre Hilfsmittel für sehbehinderte Menschen:

<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/Blickpunkt%20Auge%20Hilfsmittel%202016.pdf>

8 Beratung und Schulung zum Umgang mit Assistenzpersonen/Angehörigen

Durch die eingetretene Sehbehinderung oder Erblindung eines Menschen ergeben sich Herausforderungen für die Beziehungen, in denen er steht. Angehörige sind durch die Behinderung i. d. R. selbst sehr belastet.

Im Zentrum eines Beratungsprozesses stehen immer die blinden oder sehbehinderten Menschen selbst. Da sie aber oft mit Angehörigen in die Beratung kommen und die Beziehung zu diesen nicht vernachlässigt werden darf, spielt sowohl die Beratung der Angehörigen als auch die der Ratsuchenden im Umgang mit diesen eine wichtige Rolle.

Der Ratsuchende wird durch Gespräche mit gleich Betroffenen dazu angeleitet und motiviert, die mit seiner Behinderung verbundenen Bedürfnisse zu äußern. Er wird dazu beraten, wie er diesen Bedarf möglichst selbstständig befriedigen kann. Wo eine selbstständige Bewältigung nicht möglich ist, wird er dazu motiviert, Hilfe durch Assistenzpersonen einzufordern.

Der Ratsuchende wird dazu beraten, auch bezahlte Hilfe in Anspruch zu nehmen und dafür auch finanzielle Nachteilsausgleiche wie z. B. das Blinden- oder Sehbehindertengeld einzusetzen.

Angehörige/Assistenzpersonen erhalten durch die Beratung Unterstützung dabei, die Behinderung und damit verbundene Probleme im Alltag nachzuvollziehen (z. B. Selbsterfahrung, Dunkelerfahrung) und geäußerte Bedürfnisse des Ratsuchenden zu akzeptieren. Sie erfahren, welche alltäglichen Aufgaben trotz Sehbehinderung selbstständig erledigt werden können. Bei Bedarf können Angehörigen auch Einzelberatungsgespräche angeboten werden.

Die Angehörigen / Assistenzpersonen und der Ratsuchende erhalten eine Einweisung in das Führen von Menschen mit Seheinschränkung, Hinweise für alltägliche Hilfestellungen und die barrierefreie Gestaltung des Lebensumfeldes.

DBSV-Broschüren zum Thema:

- Nicht so, sondern so:
barrierefreie PDF:
https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/DBSV_NichtSo_2017.pdf
Daisy Hörbuch:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/Audiodateien/Nicht%20so%20-%20sondern%20so.zip>
- Sehende Begleitung:
barrierefreie PDF:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/DBSV-Broschuere-Sehende-Begleitung.pdf>
Daisy Hörbuch:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/Audiodateien/Sehende%20Begleitung.zip>
- Führen und Stützen:
barrierefreie PDF:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/DBSV-Broschuere-Fuehren-und-Stuetzen.pdf>

Daisy Hörbuch:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/Audiodateien/F%C3%BChren%20und%20St%C3%BCtzen.zip>
- Ich sehe so, wie du nicht siehst:
barrierefreie PDF:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/Blickpunkt%20Auge%20Ich%20sehe%20so%202016.pdf>
Daisy Hörbuch:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/Audiodateien/Ich%20sehe%20so%20wie%20Du%20nicht%20siehst.zip>
- Ein Tag mit Herrn Weißstock:
barrierefreie PDF:
<https://www.dbsv.org/broschueren.html?file=files/ueber-dbsv/publikationen/broschueren/DBSV-Broschuere-Ein-Tag-mit-Herrn-Weissstock.pdf>

9 Beratung zur Freizeitgestaltung und Freizeitangebote

Die Beratung gibt Hinweise zur Freizeitgestaltung, zu Freizeitangeboten und Reisen. Sie sollte das gesamte Angebot des Vereins kennen und einen Überblick über das mögliche Spektrum an Freizeitgestaltung auch mit Seheinschränkung haben. Die vereinseigenen Angebote erfolgen möglichst ortsnah, mindestens aber verkehrsgünstig und weitgehend barrierefrei.

Mehr dazu erfahren Sie unter nachfolgendem Link:

https://blickpunkt-auge.de/files/dokumente/wissen/freizeit/wissen_freizeit.docx

10 Blindentechnische Grundausbildung (BTG)

Bei dieser Maßnahme erlernen blinde, hochgradig sehbehinderte oder von Erblindung bedrohte Erwachsene Techniken, mit deren Hilfe sie sich in der neuen Lebenslage zurechtfinden und behaupten können. Die BTG dauert meist 6-12 Monate, enthält die o. g. Schulungsinhalte und wird vor allem stationär durchgeführt, kann aber auch ambulant stattfinden. Sie wird z. B. angeboten von den Berufsbildungswerken und Berufsförderungswerken für Blinde und Sehbehinderte, der blista und dem BBS Nürnberg. Die Adressen finden Sie hier: <https://www.dbsv.org/korporative-mitglieder.html>

11 Impressum

Für Beratende der Mitgliedsvereine im DBSV ist dieses Dokument Teil der Wissensdatenbank, Onlinekurs und Skript zum Präsenzseminar für die Beraterqualifizierung nach Blickpunkt Auge Standard.

Dieses und alle anderen Online-Kurs-Skripte finden Sie unter

<https://www.dbsv.org/Onlinekurse.html>

- Word-Dokument
- PDF-Datei
- DAISY-Hörbuch als ZIP-Datei
- Brailledatei zum Ausdrucken (28 Zeichen pro Zeile und 28 Zeilen pro Seite)

Zudem finden Sie dort jeweils ein Word-Dokument mit den Aufgaben, die zum Online-Kurs gehören.

Herausgeber: Blickpunkt Auge des Deutschen Blinden- und
Sehbehindertenverbandes e.V. (DBSV), www.blickpunkt-auge.de und
www.lernen.dbsv.org

Autor: Reiner Delgado

Stand: März 2018