Rat und Hilfe
erhalten blinde und sehbehinderte Menschen
unter der bundesweiten Rufnummer

018 05 / 666 456 (0,14 €/Min.)

BBSB
Bayerischer Blinden- und
Sehbehindertenbund e.V.
Landesgeschäftsstelle
Arnulfstraße 22 · 80335 München
Tel.: 089 / 559 88 - 0
Fax: 089 / 559 88 - 266
Internet: www.bbsb.org
E-Mail: info@bbsb.org

Unser Spendenkonto:
BLZ 700 205 00 · Konto 783 17 00
Bank für Sozialwirtschaft München

Mitglied im Deutschen Blinden-
und Sehbehindertenverband e.V. DBSV 2009

Selbstständig im Alltag

Rehabilitation
für blinde und
sehbehinderte
Menschen

BBSB
Bayerischer Blinden- und
Sehbehindertenbund e.V.

Blindheit und Sehbehinderung – Kein Einzelschicksal

Das Augenlicht ganz oder teilweise zu verlieren, ist kein Einzelschicksal.
In Bayern leben rund 80 000 blinde und sehbehinderte Menschen. 70% der Betroffenen sind älter als 60 Jahre. Für jeden Einzelnen ist dies ein gravierender Einschnitt ins Leben.

Wenn das Sehvermögen schlechter wird oder gar verloren geht, können die kleinsten Verrichtungen zum Problem werden. Die einfachsten Handgriffe fallen schwer:

- eine Tasse Kaffee eingießen
- telefonieren
- mit Bargeld zahlen
- eine Unterschrift leisten
- das passende Hemd zum Anzug aussuchen
- einen Knopf annähen

Die Organisation des gesamten Tagesablaufs bereitet größte Schwierigkeiten. Fast nichts kann mehr so gemacht werden wie früher: Spontan, schnell, ohne nachzudenken.

Teilnehmen kann jeder

der motiviert ist seinen Alltag wieder selbstbestimmt und selbstständig zu gestalten. Die Schulung ist unabhängig vom Lebensalter und der Seheinschränkung. Auf Wunsch werden Angehörige, Freunde und Bekannte mit einbezogen und bei Bedarf geschult.

Wer? Wo? Wann?

Die Rehabilitationslehrer für blinde und sehbehinderte Menschen vermitteln Ihnen lebenspraktische Fähigkeiten und unterstützen Sie, Ihr Sehvermögen optimal auszunutzen.

Der Rehabilitationsbedarf sowie die persönlichen Bedürfnisse, Vorkenntnisse und Fähigkeiten des blinden oder sehbehinderten Menschen bestimmen den Umfang, den Verlauf und auch den Inhalt der Schulung.

Die Schulung findet in Ihrer gewünschten Umgebung statt: in der Wohnung, im Heim, am Arbeitsplatz ...

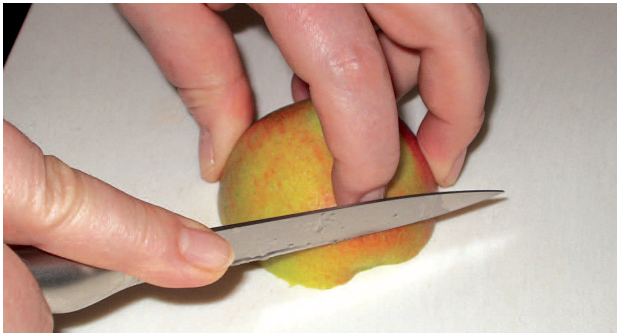
Von Mensch zu Mensch

Bei der Bewältigung des Sehverlustes und dem Annehmen der Behinderung helfen die ehrenamtlich tätigen, selbst blinden und sehbehinderten Berater des BBSB. Das Gespräch von Mensch zu Mensch ist oft der erste Schritt hin zu neuem Lebensmut und neuer Selbstständigkeit.

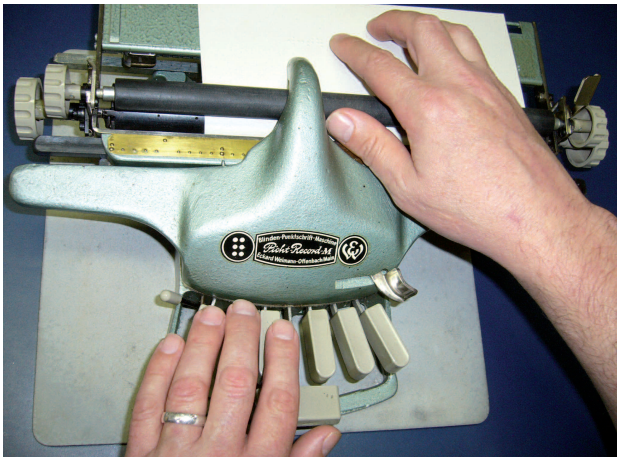
Selbstständig leben

durch Schulung in Lebenspraktischen Fähigkeiten

- Erkennen von Münzen und Geldscheinen
- Tastbare und optische Markierung von Schaltern
- Zubereiten von Mahlzeiten
- Eingießen von Getränken
  Faden einfädeln und Knopf annähen
- Gesellschaftsspiele und Handarbeiten



Uhrzeigerprinzip – „Gemüse auf 1 Uhr“



durch Kommunikationstechniken

- Erlernen der Blindenschrift
- Leisten der Unterschrift
- Maschinenschreiben
- Handhabung des Telefons

durch Mobilität zu Hause und unterwegs

- Orientierungshilfe durch markante Punkte
- Einüben spezieller Wege
- Orientierung in der Wohnung

durch individuelle Beratung über

spezielle Hilfsmittel und weiterführende Fachdienste und Facheinrichtungen

Low-Vision-Rehabilitation

beinhaltet die Schulung, Ihr vorhandenes Sehvermögen mit Hilfe von Sehhilfen und Kontrasten optimal zu nutzen. Dazu gehört u.a. Monokulartraining, Umgang mit Lupen und Lupenbrillen sowie mit Bildschirmlesegeräten. Die Rehabilitation umfasst außerdem die bestmögliche blendfreie Beleuchtung zu Hause oder am Arbeitsplatz.

Kosten?

Sie können unsere Rehabilitationsfachdienste kostenlos in Anspruch nehmen, unabhängig von Alter und Mitgliedschaft im Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbund e.V.
Zur Unterstützung dieses Angebotes sind uns Spenden jederzeit willkommen.

Fortbildung

Unsere Fortbildungen richten sich an das Personal von

- Einrichtungen
- Ausbildungsstätten und
- Firmen

die mit blinden und sehbehinderten Menschen zu tun haben und gerne mehr über den Umgang mit dieser Personengruppe erfahren und erlernen möchten.

Fordern sie unsere spezielle Broschüre „Fortbildungsreihe – Selbsterfahrung und Information“ an.

Ganz in Ihrer Nähe

die Beratungsstellen mit ihren Fachdiensten des BBSB

Allgäu
Hirnbeinstr. 8, 87435 Kempten
Tel.: 08 31 / 233 10
Fax: 08 31 / 250 17
kempten@bbsb.org

Mittelfranken
Bahnhofsplatz 6, 90443 Nürnberg
Tel.: 09 11 / 236 00 - 0
Fax: 09 11 / 236 00 - 36
nuernberg@bbsb.org

Niederbayern
Bahnhofplatz 6, 94447 Plattling
Tel.: 099 31 / 89 05 75
Fax: 099 31 / 912 79 90
plattling@bbsb.org

Oberbayern-München
Arnulfstr. 22, 80335 München
Tel.: 089 / 559 88 - 111 oder 559 88 - 211
Fax: 089 / 559 88 - 148
muenchen@bbsb.org

Oberbayern-Rosenheim
Innstr. 43, 83022 Rosenheim
Tel.: 080 31 / 325 55
Fax: 080 31 / 326 88
rosenheim@bbsb.org

Oberfranken
Carl-Schüller-Str. 10, 95444 Bayreuth
Tel.: 09 21 / 15 12 60-0
Fax: 09 21 / 15 12 60-29
bayreuth@bbsb.org

Oberpfalz
Bahnhofstraße 18, 93047 Regensburg
Tel.: 09 41 / 595 65 - 0
Fax: 09 41 / 595 65 - 29
regensburg@bbsb.org

Schwaben-Augsburg
Rugendasstr. 8, 86153 Augsburg
Tel.: 08 21 / 45 54 15 - 0
Fax: 08 21 / 45 54 15 - 29
augsburg@bbsb.org

Unterfranken-Aschaffenburg-Miltenberg
Hanauer Str. 2, 63739 Aschaffenburg
Tel.: 060 21 / 293 93, Fax: 060 21 / 32 52 28
aschaffenburg@bbsb.org

Unterfranken-Würzburg
Juliuspromenade 40-44, 97070 Würzburg
Tel.: 09 31 / 445 00, Fax: 09 31 / 445 33
wuerzburg@bbsb.org