

# NEWSLETTER NOVEMBER 2024

## (Ausgabe 52)

### PRO RETINA Deutschland e. V.

### Regionalgruppe Hannover

#### Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	2
Veranstaltungskalender .....	4
Samstag, 02.11.24, 12:00 – 15:00 Uhr/Hannover/Erfahrungsaustausch beim Mittagessen im Wirtshaus .....	4
Donnerstag, 07.11.24, 18:00 – 20:00 Uhr/Hannover/Online-Technik-gesprächskreis des BVN.....	4
Samstag, 09.11.24, 11:45 – 19:05 Uhr/Lügde/Showdown-Spielen in der dortigen Sporthalle .....	4
Freitag, 15.11.24, ab 17:00 Uhr/Online-Veranstaltung der PRP RETOMA zum AMD-Aktionstag mit Prof. Dr. Peter Charbel Issa .....	4
Freitag, 15.11.24, 19:00 – 21:00 Uhr/telefonischer Erfahrungs- und Informationsaustausch .....	5
Donnerstag, 05.12.24, 18:00 – 20:00 Uhr/Hannover/Technik-Gesprächskreis des BVN in der Geschäftsstelle .....	5
Sonntag, 08.12.24, 10:45 – 16:00 Uhr/Hannover /Weihnachtsfeier der PRO RETINA- Regionalgruppe mit kulturellen Auftritten .....	5
Freitag, 21.02.25, 10:00 – 18:00 Uhr, Samstag, 22.02.25, 10:00 – 16:00 Uhr/Hannover/Hilfsmittelausstellung bei „becker + flöge“ .....	6
Guter Austausch und nette Atmosphäre beim Treffen im Wirtshaus Hannover am 10.08.24.....	6
Telefonischer Austausch zum Thema Inklusion in verschiedenen Bereichen des Lebens am 23.08.24 .	7
„Lustige Blindfische“ umrunden am 28.08.24 bei schweißtreibenden Temperaturen den Emmer- Stausee in Schieder-Schwalenberg.....	9
Interessante Natur-Erlebnistour im Moor und am Steinhuder Meer entlang mit der Biologin Sieglinde Fink am 31.08.24.....	11
Mehr Interessierte beim PRO RETINA-Stand bei der Hilfsmittelausstellung beim LBZB in Hannover am 13. und 14.09.24 .....	14
Natur-Erlebnisse für alle Sinne mit Beerensuche am Kronsberg in Hannover am 28.09.24.....	15
Informativer Hilfsmittel-Workshop am 05. und 06.10.24 in Hannover .....	16
Regionalgruppentreffen am 12.10.24 mit Vorträgen zur EUTB, den Pflegegraden und der Schulung der Lebenspraktischen Fähigkeiten.....	20
Interview mit Ursula Deppenmeier über ihre Erblindung, ihre Hörbeeinträchtigung und das Einsetzen eines Hör-Implantats.....	25
Neuigkeiten aus der Regional- und Landesgruppe – Wer möchte sich ehrenamtlich engagieren? .....	29
Impressum/Ansprechpartner/innen .....	31

## Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser!

Seit dem Erscheinen des letzten Newsletters sind schon wieder drei Monate vergangen. In dieser Zeit ist viel passiert – sowohl in der Regionalgruppe, wie auch in meinem Leben. Zwei Ereignisse haben auch Auswirkungen für diesen Newsletter.

Zum ersten Mal berichte ich in dieser Ausgabe über Veranstaltungen, an denen ich nicht selbst teilgenommen habe. Dies liegt daran, dass ich während dieser Zeit zwei Operationen über mich ergehen lassen musste, in denen mir großflächig Hautkrebs von beiden Fersen entfernt werden musste. Allerdings habe ich zuvor diese Aktivitäten schon mehrfach mitgemacht und ich habe die Berichte nach Informationen von Teilnehmenden und die Biologin Sieglinde Fink geschrieben und nachher mit ihnen abgestimmt. Also entsprechen sie so der Realität.

Dann schreibe ich die Berichte von Veranstaltungen normalerweise immer kurz danach, da dann alles noch frisch im Kopf ist. Auch für diese Ausgabe habe ich das so gemacht. Allerdings ist gut zwei Wochen vor dem Erscheine plötzlich der ganze Inhalt durch einen technischen Defekt verschwunden und konnte auch nicht mehr rekonstruiert werden. Zum Glück hatte ich viele Details noch im Kopf gespeichert und habe auch hier bei Sieglinde Fink nachgefragt, sodass auch hier alles gut dargestellt werden konnte. R viel zusätzliche Arbeit.

Im August hatten wir ein sehr schönes Treffen im Wirtshaus Hannover. Bei einem Mittagessen haben wir uns über viele Themen ausgetauscht, die auch für Euch wichtig sein könnten. Im Artikel erfahrt Ihr mehr.

Ende August ging es dann zusammen mit Sieglinde Fink nach Mardorf am Steinhuder Meer. Wir wanderten durch das angrenzende Moor und dann an der Uferpromenade entlang. Hierbei lernten wir viele Pflanzen mit allen Sinnen kennen.

Im September waren wir an beiden Tagen bei der Hilfsmittelausstellung beim Landesbildungszentrum für Blinde (LBZB) in Hannover-Kirchrode mit einem Info-Stand dabei. Wie es gelaufen ist, erfahrt Ihr im entsprechenden Bericht. Auch im Februar 2025 sind wir bei der hausmesse von „becker + flöge“ in Hannover dabei. Nähere Informationen gibt es unter den Veranstaltungshinweisen. Aber auch auf andere Veranstaltungen, wie unsere Weihnachtsfeier am 08.12.24 weisen wir hier im Detail hin.

Ende September wanderten Interessierte mit Sieglinde Fink auf dem Kronsberg-Gelände im Südosten von Hannover, erlebten Früchte und Pflanzen mit allen Sinnen und pflückten Beeren und Früchte für einen anschließend zubereiteten Beerenpunsch und andere Leckereien.

Im Oktober gab es zwei größere Veranstaltungen unserer Regionalgruppe in Hannover. Am 5. Und 06.10.24 fand ein Hilfsmittel-Workshop im Stadtteilzentrum Ricklingen statt. Die Teilnehmenden, die teils von weiter entfernt angereist waren, wurden umfassend über Hilfsmittel für blinde und stark sehbehinderte Menschen informiert. Ach Hilfsmittel im Haushalt kamen zur Sprache, wie auch die Beantragung

von diesen Hilfen und ein mögliches Vorgehen, wenn sie einem verwehrt werden. Zudem gab es zwei parallele Smartphone- und iPhone-Kurse. Die kompetenten und umfassenden Infos kamen bei den Teilnehmenden gut an.

Auch das Regionalgruppentreffen, welches am 12.10.24 stattfand, war gut besucht. Vorträge gab es von Sylvester Sachse-Schüler zu den EUTB-Beratungsstellen der PRO RETINA, den Pflegegraden, deren Beantragung und Tipps, wenn der Medizinische Dienst zur Begutachtung vorbeikommt. Ebenfalls wurden die Anwesenden von Uwe Gerkens über die Schulungen der Lebenspraktischen Fähigkeiten und die Beantragung zur Übernahme der Kosten dafür informiert. Hierbei lernt man, wie man auch mit einer schwindenden Sehkraft möglichst eigenständig leben kann. Dies dürfte für viele von euch wichtig sein.

Ich berichte aber auch von einer Wanderung um den Emmer-Stausee in Schieder-Schwalenberg, die von Matthias Töpler aus der Bielefelder Regionalgruppe mit seiner Gruppe „Lustige blindfische“ organisiert wurde. Trotz schweißtreibender Temperaturen haben wir den Weg von fast neun Kilometern gutgeschafft.

In einem anderen Artikel informiere ich über unseren telefonischen Austausch zum Thema Inklusion. Wir sprachen darüber, in welchen Bereichen des Lebens sie wie gut vorangeschritten ist und wo es noch Verbesserungsbedarf gibt.

Sehr interessant ist auch das Interview mit Ursula Deppenmeier. Sie kommt aus Hannover und ist erblindet und hört schlecht, da sie am Alström-Syndrom erkrankt ist. Sie berichtet über ihr Leben mit diesen Beeinträchtigungen und dem Einsetzen von Cochlea-Implantationen in jedes Ohr. Dadurch kann Ursula wieder deutlich besser hören. Nähere Details dazu erfährt Ihr beim Lesen oder Hören des Interviews.

Leider ist es mittlerweile so, dass wir in unserem Newsletter nur über regionalen Themen berichten dürfen. So erfährt Ihr hoffentlich bald, wie die Delegiertenversammlung in Bonn vom 18. – 19.10.24 gelaufen ist, an der Claudia und ich teilgenommen haben. Auch bei der Regionalgruppenleiter-Klausurtagung in Bonn vom 25. – 27.10.24 waren Claudia und Ramona Jacobs aus unserer Regionalgruppe in Präsenz vor Ort und ich via Zoom von zu Hause.

Zum Schluss hoffe ich, dass ich trotzdem für Euch einen interessanten Newsletter zusammenstellen konnte. Ich wünsche einen guten Informationsgewinn und viel Spaß beim Lesen und Hören!

Mit herzlichen Grüßen

Christian Schulte  
*Ersteller des Newsletters und Regionalgruppenleiter*

## Veranstaltungskalender

Samstag, 02.11.24, 12:00 – 15:00 Uhr/Hannover/Erfahrungsaustausch beim Mittagessen im Wirtshaus

Wir treffen uns um 12:00 Uhr am Ernst-August-Denkmal vor dem Hauptbahnhof Hannover und gehen dann zum Lokal Wirtshaus in der Georgstraße 52. Man kann auch um 12:20 direkt dorthin kommen. Bei einem Mittagessen kann man andere von einer Netzhauterkrankung Betroffene kennenlernen und sich mit ihnen über die gesammelten Erfahrungen austauschen. Davon profitieren alle – ganz im Sinne der Selbsthilfe. Natürlich können auch Fragen gestellt werden und wir reichen auf vorherigen Wunsche auch Flyer und Broschüren oder die Kontaktdaten von speziellen Beratenden. Besonders von Neu-Betroffene sind diese treffen wichtig. Es herrscht eine lockere und freundliche Atmosphäre. Gegen 15:00 Uhr können wir zusammen wieder zum Hauptbahnhof zurückgehen. Begleitungen können auf Wunsch gesucht werden. Anmelden kann man sich dafür noch bis spätestens zum 01.11.24 bei Christian Schulte unter der Mail-Adresse [christian.schulte.ri@t-online.de](mailto:christian.schulte.ri@t-online.de) oder telefonisch unter (0 57 51) 7 63 04.

Donnerstag, 07.11.24, 18:00 – 20:00 Uhr/Hannover/Online-Technik-gesprächskreis des BVN

Bei diesem Technik-Gesprächskreis geht es um Android-Smartphones. Michael Kuhlmann wird ihn durchführen. Es ist eine reine Online-Veranstaltung. Die Zugangsdaten erhaltet Ihr bei Eurer Anmeldung bis spätestens zum 05.11.24 bei Michael Kuhlmann. Seine Mail-Adresse lautet: [hallo-michael@gmx.de](mailto:hallo-michael@gmx.de) telefonisch ist er unter (05 11) 3 3651 13 erreichbar. Auch PRO RETINA-Mitglieder dürfen teilnehmen.

Samstag, 09.11.24, 11:45 – 19:05 Uhr/Lügde/Showdown-Spielen in der dortigen Sporthalle

In letzten Newsletter haben wir schon in einem Artikel darüber berichtet, dass wir in Lügde (Ostwestfalen) in einer Sporthalle kostenlos Showdown spielen können. Das Spiel funktioniert ähnliche wie Tischtennis. Noch etwas sehende Spieler/innen bekommen eine Brille aufgesetzt, sodass sie blinden Mitspieler/innen gleichgesetzt werden. Es geht hier viel über das Gehör. Die Ausrüstung und einige gut Sehende, die das Spiel erklären, sind vor Ort. Falls genügend Interesse besteht, würden wir uns in Hannover um 12:45 Uhr vor dem Hauptbahnhof am Ernst-August-Denkmal treffen und dann zehn Minuten später mit der S-Bahn nach Lügde fahren. Wir wären um kurz nach 13:00 Uhr dort. Der Weg zur Sporthalle ist beschrieben. Los geht es um 13:30 Uhr, das Ende ist für 17:30 Uhr geplant. Zurück in Hannover wären wir mit der S-Bahn um 19:03 Uhr. Gedacht ist es als ein inklusives Sport-Event. Anmeldungen nimmt Christian Schulte unter der Nummer (0 57 51) 7 63 04 oder per mail an [chrsitan.schulte.ri@t-onine.de](mailto:chrsitan.schulte.ri@t-onine.de) entgegen.

Freitag, 15.11.24, ab 17:00 Uhr/Online-Veranstaltung der PRP RETOMA zum AMD-Aktionstag mit Prof. Dr. Peter Charbel Issa

Anlässlich des diesjährigen AMD-Aktionstages veranstaltet die PRO RETINA Deutschland e. V. einen Online-Vortrag von Prof. Dr. Peter Charbel Issa, in dem er

alle Informationen zu dieser häufigen Netzhauterkrankung erläutert. Er erklärt den Unterschied zwischen der trockenen und der feuchten Form, schildert den Verlauf, beantwortet vorher eingereichte Fragen und informiert über die neusten Therapien. Prof. Dr. Issa ist Direktor der Klinik und Poliklinik für Augenheilkunde am Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität in München und Spezialist für das gesamte Spektrum von Netzhauterkrankungen. Medizinische Fragen oder solche zum Leben mit der AMD können die Betroffenen und Angehörigen im Vorfeld der Veranstaltung zusammen mit der Anmeldung an folgende E-Mail-Adresse schicken: [diagnose.amd@pro-retina.de](mailto:diagnose.amd@pro-retina.de) Nach der Anmeldung bekommt Ihr die Zugangsdaten für die Zoom-Veranstaltung, an der man auch per Telefon teilnehmen kann.

Freitag, 15.11.24, 19:00 – 21:00 Uhr/telefonischer Erfahrungs- und Informationsaustausch

Dieser telefonische Erfahrungsaustausch ist gerade für diejenigen, die etwas weiter entfernt wohnen, nicht mehr so mobil sind oder sein wollen und auch Neu-Betroffene eine gute Möglichkeit, um sich von zu Hause aus mit anderen sehbehinderten Menschen auszutauschen. Das ist oft im „normalen“ Alltag nicht machbar. Alle müssen nur das erzählen, was sie wollen und der Austausch ist sehr freundschaftlich. Wir informieren auch über aktuellen Dinge und können auf Wunsch gerne über ein bestimmtes Thema diskutieren. Alle, die dabei sein möchten, sollten sich bis spätestens zum 12.11.24 bei Christian Schulte melden, entweder per Mail an [christian.schulte.ri@t-online.de](mailto:christian.schulte.ri@t-online.de) oder telefonisch unter (0 57 51) 7 63 04.

Donnerstag, 05.12.24, 18:00 – 20:00 Uhr/Hannover/Technik-Gesprächskreis des BVN in der Geschäftsstelle

Dieser Technik-Gesprächskreis steht ganz unter dem zehnjährigen Jubiläum. Vermutlich wird auf die vergangenen Jahre zurückgeschaut. Anmelden könnt Ihr Euch noch bis zum 03.12.24 entweder bei Michael Kuhlmann, telefonisch unter der Nummer (05 11) 3 35 51 13 oder per Mail an [hallo-michael@gmx.de](mailto:hallo-michael@gmx.de) oder bei Frank Mehler unter [frank.mehler@t-online.de](mailto:frank.mehler@t-online.de) oder Telefonisch unter der Nummer (05 11) 66 7199. Auch PRO RETINA-Mitglieder dürfen teilnehmen.

Sonntag, 08.12.24, 10:45 – 16:00 Uhr/Hannover /Weihnachtsfeier der PRO RETINA-Regionalgruppe mit kulturellen Auftritten

Unsere diesjährige Weihnachtsfeier findet im H`Vin, Carl-Loges-Straße 8 in Hannover-Bothfeld statt. Man kann, wenn man in der Nähe wohnt, um 11:30 Uhr direkt zum Veranstaltungsort kommen oder um 10:45 Uhr vor den Hauptbahnhof zum Ernst-August-Denkmal. Um 10:57 Uhr fahren wir dann mit der Stadtbahn-Linie 13 bis zur Haltestelle „Kurze-Kamp-Straße“. Hier holt uns Ramona Jacobs, die in der Nähe wohnt, ab und führt uns zum H`Vin. Wir haben hier einen eigenen Raum. Nachdem wir vor Ort die Getränke und Essensbestellungen aufgegeben haben, wird Christian Schulte als Regionalgruppenleiter eine Rückschau auf die Aktivitäten in diesem Jahr halten. Nachdem wir das Mittagessen genossen und uns dabei mit anderen Betroffenen ausgetauscht haben, wird wie schon in den letzten Jahren der Selbsthilfedor Klangfarben auftreten. Hier singen auch Ramona Jacobs und Claudia Rieke mit. Geboten werden wie immer nationale und internationale Weihnachtssongs. Bei den letzten Auftritten sangen und klatschten alle mit und es gab am Ende immer eine Zugabe. Ab 15:15 Uhr tritt Bernd Ulrich auf und erzählt zwei Weihnachtsgeschichten (eventuell auch mit Klavierbegleitung). Das Ende ist für

etwa 16:00 Uhr geplant. Wir bringen Weihnachtsgebäck mit und wer möchte, kann dies auch tun. Es wird sicher ein schöner, gemütlicher und besinnlicher zweiter Advent. Anmelden kann man sich dafür noch bis zum 05.12.24 bei Christian Schulte, entweder per Mail an [christian.schulte.ri@t-online.de](mailto:christian.schulte.ri@t-online.de) oder telefonisch unter der Nummer (0 57 51) 7 63 04. Begleitungen können gesucht werden. Gerne können wir nach 16:00 Uhr wieder zusammen zum Hauptbahnhof zurückfahren.

Freitag, 21.02.25, 10:00 – 18:00 Uhr, Samstag, 22.02.25, 10:00 – 16:00

Uhr/Hannover/Hilfsmittelausstellung bei „becker + flöge“

Auch im nächsten Jahr findet bei dem Hannoveraner Low-Vision-Optiker „becker + flöge“ in der Georgstraße 2 wieder eine Hilfsmittelausstellung statt. Natürlich sind wir von der PRO RETINA-Regionalgruppe Hannover an beiden Tagen wieder mit einem Stand vertreten. Wir haben natürlich wieder viele Flyer und Broschüren dabei und versuchen, möglichst alle Fragen zu beantworten. Selbstverständlich sind wieder etliche namhafte Hilfsmittelhersteller dabei, deren Produkte man testen und sich beraten lassen kann.

## Guter Austausch und nette Atmosphäre beim Treffen im Wirtshaus Hannover am 10.08.24

*von Christian Schulte*

An diesem Samstag traf sich ein Großteil der Gruppe um 12:00 Uhr vor dem Hauptbahnhof Hannover am Ernst-August-Denkmal. Das Wetter war sommerlich warm und es schien die Sonne. Die Teilnehmenden kamen aus Hannover, dem Umland, wie Ronnenberg, Pattensen, Laatzen und Burgdorf, aber auch von etwas weiter entfernt, wie Braunschweig und Rinteln.

Zunächst gingen wir durch die Fußgängerzone zum Kröpcke, wo wir eine weitere Teilnehmerin in Empfang nahmen, die ich zum Lokal Wirtshaus in der Georgstraße führte. Einige kamen direkt dorthin. Zum Glück durften wir an einem größeren Tisch unter Sonnenschirmen vor dem Restaurant Platz nehmen, obwohl ich im Vorfeld nur im Innenraum reservieren lassen konnte.

Es war hier angenehm zu sitzen, die bestellten Mittagsgerichte und Getränke zu genießen und sich auszutauschen. Manche kannten sich schon näher, andere hatten noch nicht miteinander gesprochen. Wir profitierten von den Erfahrungen der anderen. Auch die persönliche Situation einiger Teilnehmender kam zur Sprache. Alles verlief in angenehmer und freundschaftlicher Atmosphäre.

Ein Thema war die Operation am Grauen Star (Katarakt). Bei einer gelungenen Operation kann die Sehkraft wieder teils deutlich gesteigert werden, man sieht nicht mehr so trüb und ist nicht weiter sehr blendempfindlich. Eine Teilnehmerin wies aber auch auf die Risiken hin. Diese gibt es jedoch bei jeder Operation. Es kommt auch darauf an, ob man keine weitere Augenkrankheit hat oder nicht. Letztendlich muss dies jeder für sich selbst entscheiden.

Dann kamen wir auch darauf zu sprechen, dass bei den Ausflügen in den Zoo Hannover und der Fahrt nach Bad Salzuflen manchmal etwas schwierige Situationen entstanden sind, wobei am Ende alles gut ausging. Manche meinten, dass die Gruppen zu groß gewesen seien.

Als Gruppenleiter sah ich dies aus einer etwas anderen Perspektive. In erster Linie ist es wichtig, dass alle aus der Gruppe auf meine Anweisungen hören und nicht einfach ohne Absprache ihr eigenes Ding machen und ich dann nicht weiß, wo sie geblieben sind. Auch an vorhergehende Absprachen müssen sich alle halten und dürfen nicht einfach loslaufen, während andere noch nicht dort sind. Dann wird die beste Vorbereitung oft zur Makulatur. Ich hoffe, dass einige ihr Verhalten diesbezüglich ändern, damit es künftig für alle leichter und stressfreier wird. Schließlich ist man nicht alleine, sondern mit der gesamten Gruppe unterwegs.

Gegen Ende des Treffens wies Manfred Bressel noch auf meinen Geburtstag hin, der wenige Tage zuvor gewesen war. Die Anwesenden sangen mir ein Ständchen, worüber ich mich sehr freute. Anschließend verabschiedeten wir uns und ich führte eine Teilnehmerin links und einen Teilnehmer rechts wieder zum und durch den Hauptbahnhof zurück, bevor ich selbst in den Zug nach Bückeberg stieg.

Es war wirklich ein schönes Treffen. Gerade auch neu-Betroffene würden davürden sich hier wohl fühlen, könnten ihre Fragen stellen und sich mit anderen Betroffenen vernetzen.

## Telefonischer Austausch zum Thema Inklusion in verschiedenen Bereichen des Lebens am 23.08.24

*von Christian Schulte*

Bei diesem telefonischen Austausch am Freitagabend ging es um das Thema Inklusion in den unterschiedlichsten Bereichen des Lebens. Es nahmen recht viele Interessierte daran teil, auch wenn nicht immer alle die ganze Zeit dabei waren. Manche kamen aus dem Raum Hannover, aber wie bei diesen Konferenzen üblich auch von weiter entfernt, wie aus Rheda-Wiedenbrück (hinter Gütersloh), Pilsun an der Nordsee und Braunschweig.

Zunächst berichtete Matthias Töpler über seine Bemühungen, die Inklusion in Bielefeld voranzubringen. Hier ist es von Vorteil, dass dort viele unterschiedliche Stellen an einem Strang ziehen. Das ist leider nicht überall der Fall. Die Barrierefreiheit wurde in vielen Bereichen des öffentlichen Lebens geschaffen und ausgebaut. Teils gibt es auch im Theater Vorführungen mit Audiodeskription, das heißt, dass während der Vorführung auch erzählt wird, was auf der Bühne passiert wie die Kulisse aussieht und welche Kleidung die Schauspielerinnen und Schauspieler tragen. Auch im Sportbereich ist mehr Inklusion geplant.

In diesem Zusammenhang wies ein Teilnehmer aus Lügde (Ostwestfalen) darauf hin, dass in der dortigen Sporthalle am Samstag, dem 09.11.24 ein inklusives Sportereignis geplant ist. Hier soll die Sportart Showdown gelehrt und gespielt werden. Was genau sich hinter dieser Sportart verbirgt, haben wir schon in einem Artikel im letzten Newsletter erläutert. Wer Interesse daran hat, kann sich rechtzeitig bei mir (Kontaktdaten siehe im Info-Text bei den Veranstaltungshinweisen) melden, sodass wir die Hin- und Rückfahrt organisieren können. Die Veranstaltung wird von 13:30 bis 17:30 Uhr stattfinden, wenn ausreichend Interesse vorhanden ist. Es ist kostenlos.

Andere Teilnehmende berichteten von ihren Erfahrungen in Sportvereinen und Fitnesszentren. Eine Teilnehmerin aus Pilsun schilderte, dass hier schon auf ihre Sehbehinderung Rücksicht genommen wurde. Bei anderen war das anders. Offenbar gab es hier Vorurteile und Berührungsängste.

Ein Teilnehmer sagte, dass er im Fitnessstudio mit einem Nicht-Sehbehinderten ins Gespräch gekommen sei, der ihm einiges gezeigt und erklärt habe. Sicher ist es gut, wenn man dort sagt, wie man sieht und in welcher Weise einem geholfen werden kann.

Wie ich schon früher berichtet habe, bietet der Arbeitskreis Sport auch Laufbegleitungen an. Man könnte hier zudem erfragen, ob jemand für eine andere Sportart assistiert. Die Mail-Adresse lautet: [anne.kinski@pro-retina.de](mailto:anne.kinski@pro-retina.de)

In der Schule ist im Bereich der Inklusion schon einiges erreicht worden, auch wenn es noch eine Menge Luft nach oben gibt. Einige stark sehbehinderte und blinde Schülerinnen und Schüler bekommen eine ständige Assistenz und auch aufgrund der modernen Hilfsmittel ist vieles möglich. Seit meiner Schulzeit hat sich hier vieles getan.

Im Arbeitsleben ist es dagegen noch schwieriger. Laut Statistik sind deutlich mehr Menschen mit einer Behinderung arbeitssuchend, als Personen ohne Handicap. Auch hier müssen von Seiten der Firmen viele Vorurteile und Berührungsängste abgebaut werden.

Alle Firmen und staatlichen Behörden müssen ab einer Größe von 20 Beschäftigten mindestens fünf Prozent der Stellen mit schwerbehinderten Menschen besetzen. Allerdings können sie sich mit einer Ausgleichsabgabe „freikaufen“. Die Höhe richtet sich danach, wie viele Stellen sie mit Gehandicapten besetzt haben. Eine Firma mit null Prozent muss pro nicht besetzten Platz mehr zahlen, als diejenige, die vier Prozent besetzt hat.

Die Ausgleichsabgabe scheint aber viele Betriebe nicht abzuschrecken, da gerade große Firmen dies locker zahlen können. In meiner Funktion als Landesansprechpartner von Niedersachsen habe ich im Vorfeld der letzten Landtagswahl alle Parteien angeschrieben, um zu erfahren, was sie planen, damit mehr Schwerbehinderte einen Arbeitsplatz bekommen. Die Antworten waren hier wenig konkret. Wir waren uns einig, dass die Ausgleichsabgabe deutlich erhöht werden muss und ich schlug vor, dass die Firmen alle Plätze besetzen müssen, es sei denn, es gibt nicht genügend qualifizierte Bewerbungen von schwerbehinderten Menschen.

Dann sprachen wir auch über die Arbeit in Behindertenwerkstätten. Eine Teilnehmerin ist in einer Stuhlflechtereierei in Hannover beschäftigt und sie berichtete über ihre Arbeit. Obwohl sie ganztags arbeitet, bekommt sie einen so geringen Lohn, dass sie noch ergänzend Bürgergeld beziehen muss, also nicht mehr Geld hat, als diejenigen, die ohne Beschäftigung sind. Es gab in Hannover schon eine Demonstration, in der gefordert wird, dass es auch in den Werkstätten deutlich höhere Entgelte gibt. So profitieren nur die Betreiber solcher Einrichtungen von diesen Mini-Löhnen.

Auch widerspricht die abgeschirmte Arbeit in den Werkstätten dem Grundgedanken der Inklusion. Fraglich ist auch, ob genügend getan wird, den dort Tätigen den Weg in den „ersten“ Arbeitsmarkt zu ebnen. Sicher ist dies auch nicht immer leicht. Eine Teilnehmerin aus Braunschweig sagte, dass eine Freundin von ihr auch in einer solchen Werkstatt arbeiten würde und sich dort recht wohl fühlt.

Ein Teilnehmer aus Burgdorf merkte an, dass es in erster Linie an der Politik liegt, inwieweit die Inklusion in der Praxis vorankommt. Hier bin auch ich als Mitglied des Landesbehindertenbeirats gefordert. Hoffen wir mal, dass wir genügend Druck auf die politisch Handelnden machen können, um unsere Ziele in nicht allzu ferner Zukunft zu erreichen.

## „Lustige Blindfische“ umrunden am 28.08.24 bei schweißtreibenden Temperaturen den Emmer-Stausee in Schieder-Schwalenberg

*von Christian Schulte*

Schon in den letzten Jahren haben wir mehrfach den Emmer-Stausee in Schieder-Schwalenberg (Ostwestfalen) umrundet. Dies geschah entweder mit der Aktiven-Gruppe der Regionalgruppe Hannover oder den „Lustigen Blindfischen“. Diese Gruppe wird schon seit einigen Jahren von Matthias Töpler aus der Bielefelder Regionalgruppe geleitet. Zu den Treffen kommen in erster Linie blinde und sehbehinderte Menschen der mittleren Generation.

Die Idee zu dieser Wanderung kam von mir. Wir haben uns dafür extra einen Mittwoch ausgesucht, da es in diesem natur- und Freizeitgebiet an den Wochenenden bei gutem Wetter sehr voll ist und man als sehingeschränkter Menschen nur schlecht wandern kann. Wir ahnten im Vorfeld nicht, dass es an diesem Tag über 30 Grad heiß, sonnig und trotz der Wasserfläche sehr windstill war. Trotz dieser schweißtreibenden Umstände schafften wir aber recht gut den Weg von rund neun Kilometern.

Als ich in Rinteln um 11:10 Uhr in die Bahn Richtung Hameln stieg, saß Matthias schon darin. In Hameln stiegen wir in die S-Bahn aus Richtung Hannover um, in der schon Claudia Rieke saß. Nach einiger Suche fanden wir uns in der vollen Bahn.

Nachdem wir um kurz nach 12:00 Uhr in Schieder-Schwalenberg angekommen waren, machten wir uns auf die Suche nach drei Teilnehmerinnen aus der Gegend um Paderborn, die schon zuvor aus der Gegenrichtung angekommen waren. In der Nähe des Lokals „Seeterrassen“ fanden wir uns und begrüßten uns herzlich. Zwei

Teilnehmerinnen waren zum ersten Mal bei solchen Ausflügen dabei, davon eine junge erblindete Frau.

Wir beschlossen, dass wir erst einmal den Nordweg entlanggehen sollten. Früher konnte man schon von dort auf den Stausee hinüberschauen. Seit einigen Jahren ist das nicht mehr möglich, da das Flüsschen Emmer vom See durch einen Damm, der mit Büschen und Bäumen bewachsen ist, abgetrennt ist. Das soll die Wasserqualität im Stausee erhöhen.

Der Weg ist ebenerdig und asphaltiert. Auch als nicht gut sehender Mensch kann man ihn gut gehen. Auf der linken Seite befindet sich hinter Büschen und Bäumen die Bahntrasse, auf der wir gekommen waren. Rechts davon sieht man bei entsprechender Sehkraft hinter dem Wall das lippische bewaldete Bergland und einige Freizeitanlagen auf der anderen Seite des Sees.

Nach einiger Zeit kamen wir zu einem Aussichtsturm, den wir bestiegen. Von hier hatten die meisten von uns einen recht guten Blick auf den See und die umliegende Natur. Auf dem restlichen Weg Richtung Staumauer befinden sich auf dem Rasen etliche Kunstwerke. Sie sollen Wassertiere darstellen. Bei manchen fanden wir schnell heraus, was sie symbolisieren sollen, bei anderen brauchte man mehr Fantasie. Sie waren recht groß, aus Beton oder Stein und mit bunten Mosaiksteinen beklebt.

Links des Weges kamen wir im Dorf Glashütte vorbei und kamen, bevor es zur Staumauer hinaufging, zu einem Lokal. Wegen der Hitze schlug ich vor, dass wir hier an den Tischen unter Sonnenschirmen Platz nahmen und uns ein kühles Getränk gönnten. Das tat uns sichtlich gut. Wir mussten hier und später nur aufpassen, dass wir keine der zahlreichen nervenden Wespen verschluckten.

Als wir den Weg über die Staumauer entlanggingen, hatten wir auch einen guten Blick auf den See. Links von uns führt eine Landstraße entlang. Der südliche Uferweg ist wegen des Waldes deutlich schattiger. Dafür ist er aber länger, da der See dort eine Ausbuchtung hat. Hier befindet sich ein Wasserschutzgebiet mit teils seltenen Wassertieren, aber auch einige Mini-Inseln mit nur einigen Bäumen darauf. Wir hörten zum Beispiel die Frösche quaken.

Danach geht es eine ehemalige Landstraße hinauf am Waldrand entlang. Nach einiger Zeit kamen wir auch hier zu einer Aussichtsfläche. Wegen der Anhöhe sahen wir den Stausee von oben. Bald führt recht ein schmaler Weg mit einigen Stufen, aber Eisengeländern, wieder hinunter. Im Verlauf des weiteren Weges wies ich auf Baumwurzeln und hervorstehende Steine hin. Dieser Teil des Weges ist nicht barrierefrei und sollte von blinden und stark sehbehinderten Menschen nicht alleine gegangen werden.

Danach wurde der Weg wieder besser und ebener. Wir waren hier sehr dicht am Wasser. Bald erreichten wir einen Schiffsanleger. Hier startet in den Sommermonaten immer ein Ausflugsschiff. Während der Rundfahrt kann man dabei Kaffee trinken und Kuchen essen. Wenig später kamen wir zu einem Lokal. Nach einiger Zeit fanden wir noch einen Tisch, an dem wir sechs Teilnehmenden sitzen mussten. Wir gönnten uns entweder ein kühles Getränk, einen Eisbecher oder ein Stück Kuchen.

Anschließend ging es weiter den Südweg entlang. Auf dem See sahen wir einige Tretboote an einem Holzsteg befestigt und einen Sandstrand, links gab es auch eine Freizeitanlage für Kinder mit einer niedrigen Wasserfläche. Einige hundert Meter weiter gibt es nicht allzu weit vom Stausee entfernt auch ein Freibad. Wir gingen weiter durch ein parkähnliches Gelände und ein Stück an der Emmer entlang, bis wir zu einer Straße kamen. Wir bogen rechts zum Bahnhof ab.

Anschließend nahmen wir Abschied von den drei Teilnehmerinnen aus Paderborn und schauten, dass wir unsere S-Bahn Richtung Hameln und Hannover noch erwischten. Mit Matthias stieg ich in Hameln wieder in den Zug nach Rinteln und weiter nach Herford um. Gegen 19:00 Uhr war ich wieder zu Hause.

Es war ein schöner Tag für uns und wir waren froh, dass wir den langen Weg trotz der Hitze gut geschafft hatten. Es ist schon ein schönes Stück Natur und sicher einen Besuch wert.

## Interessante Natur-Erlebnistour im Moor und am Steinhuder Meer entlang mit der Biologin Sieglinde Fink am 31.08.24

*von Christian Schulte*

Diese Veranstaltung hatte ich zusammen mit der Diplom-Biologin Sieglinde Fink geplant. Finanziert wurde sie zum großen Teil vom Naturpark Steinhuder Meer und von unserer Regionalgruppe. Es nahmen 13 blinde und sehbehinderte Menschen, teils mit ihren gut sehenden Begleitungen, daran teil. Währenddessen konnten alle Sinne eingesetzt werden, sodass es auch für vollblinde Menschen ein tolles Erlebnis war.

Am Samstag, dem 31. August trafen wir uns bei recht spätsommerlichem Wetter um 11:00 Uhr vor dem Hauptbahnhof Hannover am Ernst-August-Denkmal. Nachdem wir uns herzlich begrüßt hatten, gingen wir durch den Bahnhof zu dem Gleis, wo unser Zug Richtung Neustadt am Rübenberge abfuhr. In Wunstorf stiegen noch Katrin und Dana Hegeholz aus Bückeburg zu.

In Neustadt hatten wir bald den Platz gefunden, an dem unser Bus nach Mardorf im Nordwesten des Steinhuder Meeres abfuhr. Gegen 12:00 Uhr waren wir an der Zielhaltestelle „Alte Moorhütte“ angelangt. Andrea Köllle-Wellbrink und ihr Mann Uwe waren mit dem Auto aus Bad Münder direkt dorthin gefahren.

Zunächst stellten wir uns in einem ovalen Kreis auf und alle Teilnehmenden erzählten kurz etwas über sich. Manche waren schon häufiger dabei, andere zum ersten Mal. Anschließend führte uns Sieglinde über eine Landstraße auf einen Fuß/Radweg und nach kurzer Zeit nach links in einen Waldweg. Sie pflückte einen großen Pilz, welcher aber schon nicht mehr ganz frisch war. Sie sagte, dass ältere Pilze generell nicht mehr gegessen werden sollten. Er fühlte sich recht weich und etwas schwammig an. Es war ein Hexen-Röhrling.

Jetzt wanderten wir einige hundert Meter einen Waldweg nordwestlich des Steinhuder Meeres entlang. Am Ende kamen wir zu einem Mooregebiet. Es war etwas

niedriger als der Weg, auf dem wir standen. Hier und da sah man Wasserflächen. Sieglinde gab uns Torf-Moos zum ertasten. Es wächst in den Mooregebieten immer weiter hinauf und so entsteht eine Torffläche. Leider wurde schon ein Großteil der ursprünglichen Moorfläche „ausgebeutet“. Manche Flächen versucht man, zu renaturieren, allerdings wird auch heute noch Torf abgebaut.

Sieglinde gab uns auch eine fleischfressende Pflanze zum ertasten. Wir mussten aber keine Angst haben, dass sie etwas vom Finger oder der Hand abfraß, da sie nur Insekten verspeist. Einige von uns nutzten auch die Chance, und stiegen in das Mooregebiet hinab. Dabei merkten wir beim Herumgehen, dass der Boden unter uns wippte. Das war ein neues Geh-Gefühl.

Als alle wieder oben angekommen waren, führte uns Sieglinde zu sehr hohem Farn, den wir auch ertasten konnten. In und neben Mooregebieten wachsen auch viele Birken, da diese viel Wasser benötigen. Als wir den Waldweg zurückgingen, konnten wir auch Blaubeeren ertasten und essen. Sie sollen gut für die Augen sein.

Als wir wieder die Landstraße überquert hatten, kamen wir schon bald zum Waldlokal „Alte Moorhütte“. Da die Plätze hier gerade am Wochenende sehr begehrt sind, konnten wir dort noch nicht zu Mittag essen. Stattdessen führte uns Sieglinde zum Ufer des Steinhuder Meeres. Wer noch einigermaßen gut sehen konnte, warf einen Blick über das Wasser bis hin zum anderen Ufer nach Steinhude.

Sieglinde pflückte eine Pflanze und fragte uns, was dies sein könnte. Ich tippte auf eine Pfefferminze, jedoch war es eine Wasserminze. Sie roch aber ähnlich. Sie wirkte bei Erkältungen. Auch bei anderen vorgestellten Pflanzen erzählte uns Sieglinde oft, gegen welche Krankheit sie helfen. Manche gibt es als Extrakt in Apotheken.

Jetzt ging es wieder an der „Alten Moorhütte“ entlang die Uferpromenade entlang. Der Weg führte zunächst durch ein Wäldchen. Bei einer Birke löste Sieglinde einen großen weißen Pilz vom Stamm, welchen sie uns zum ertasten und riechen gab. Es ist ein Birkenporling.

Rechts des Weges befindet sich eine längere Sanddüne. Nach einer Weile gingen wir sie hinauf. Wir kamen zu einer sehr alten Eiche, dessen Stamm sich schon bald mehrfach teilte. Auch sie waren recht dick. Wir konnten den Stamm ertasten. Da Sieglinde jetzt in der Beach-Bar hinter der Düne Plätze für uns im Außenbereich reserviert hatte, machten wir uns auf den Weg dorthin.

Wir ließen uns auf Stühlen an Tischen nieder. Wegen der großen Bäume war es angenehm schattig, allerdings hatte man hier keinen Blick auf das Steinhuder Meer. Wir bestellten uns an der Theke etwas zu essen und zu trinken. Während der Pause konnten wir uns etwas erholen und gut austauschen.

Gestärkt ging es, nachdem wir die Düne überquert hatten, wieder den Uferweg Richtung „Weißer Berg“. Links des Weges befindet sich eine Fläche mit weißem Sand, die bis zum Gewässer reicht. Bei gutem Wetter kann man sich dort sonnen, Wassersport betreiben oder baden.

Sieglinde führte uns zu einer Kiefer, deren Nadeln wir ertasten konnten. Daneben erlebten wir eine Erle mit vielen Sinnen. Auf der anderen Seite des Weges ist ein

Kiosk. Während einer kleinen Pause konnte man etwas trinken, ein Eis essen oder durch den Sand zu einem Holzsteg gehen. Ich ging ihn ein ganzes Stück entlang und fühlte mich ein bisschen so, als würde ich über das Steinhuder Meer laufen.

Anschließend gingen wir einen Fuß- und Radweg durch ein Waldgebiet entlang. Hinter den Bäumen konnten alle, die noch halbwegs gut sehen konnten, einige Wochenend-Häuser erblicken. Vermutlich gehören sie Ärzten, Zahnärzten und Anwälten. Die großen Grundstücke sind alle hoch umzäunt.

Danach liegt auf der rechten Seite des Weges ein größerer Campingplatz, während man links oft auf das Steinhuder Meer schauen kann. Im Uferbereich befindet sich Schilf, aber auch Büsche und Bäume. Je weiter man die Uferpromenade entlanggeht, desto größer wird das gastronomische Angebot. Wir kamen aber auch an einem vor ein paar Jahren errichteten Haus des Naturparks Steinhuder Meer vorbei. Elke Bohn, die uns im letzten Jahr von Steinhude nach Hagenburg begleitet hatte, und die diesmal aus privaten Gründen nicht dabei sein konnte, arbeitet hier zeitweise.

Sieglinde führte uns auch zu Wildrosen, deren Blüten später zu Hagebutten werden. Auch Schilf konnten wir ertasten. Bald machten wir an einem Platz Halt, auf dem im Frühjahr die vielen Segelboote ins Wasser gelassen und im Herbst wieder herausgezogen werden. Zu diesem Zeitpunkt lagen sie noch an den zahlreichen Holzstegen. Hier machten wir einige Gruppenfotos.

Als wir den Uferweg einige hundert Meter weitergegangen waren, erreichten wir die Jugendherberge Mardorf. Dahinter sollte auf einer großen Wiese zu der Zeit wundervoll die Heide blühen. Sieglinde gab uns die etwas blühende Besenheide zum ertasten und riechen. Daneben gibt es noch die Glockenheide. In der Wiese wirkte die Heide neben einigen anderen Wildpflanzen jedoch etwas verloren. Ehrlich gesagt hätte ich mir davon etwas mehr versprochen. Vermutlich muss man deswegen aber wohl in die Lüneburger Heide fahren ...

Nun führte uns Sieglinde wieder ein Stück den Weg zurück, an der Jugendherberge entlang und dann links einen leicht ansteigenden Weg hinauf zur Bushaltestelle. Um 18:50 Uhr kam recht pünktlich unser anvisierter Linienbus (der letzte des Tages). Andrea und ihr Mann Uwe hatten die Möglichkeit, an der Haltestelle „Alte Moorhütte“ auszusteigen, da hier ihr Auto geparkt war. Wir anderen fuhren wieder nach Neustadt zurück und stiegen hier in den Zug nach Hannover. Katrin, Dana und ich verließen jedoch schon im Wunstorf den Zug, um hier in die S-Bahn nach Bückeberg umzusteigen.

Als Fazit kann ich zusammenfassen: Das Wetter war für diese Unternehmung ideal und wir konnten die Natur mit allen Sinnen erleben. Dazu gingen wir auf vielen Untergründen, nämlich auf Moor, auf Waldwegen, Splitt, Asphalt, Holz, Sand und Rasen. Auch erblindete Teilnehmende konnten gut die Unterschiede spüren. Allerdings war die Strecke von etwa sechs Kilometern für mache wohl etwas anstrengend. Ich war aber froh, dass ich mit meinem operierten Fuß alles gut geschafft hatte und mal wieder die Möglichkeit hatte, diese schöne Natur zu erleben. Sieglinde hat sich wie immer viel Mühe gegeben.

## Mehr Interessierte beim PRO RETINA-Stand bei der Hilfsmittelausstellung beim LBZB in Hannover am 13. und 14.09.24

*von Christian Schulte*

Auch in diesem Jahr fand im Landesbildungszentrum für Blinde (LBZB) in der Bleekstraße in Hannover-Kirchrode wieder eine Hilfsmittelausstellung statt. Am zweiten Tag, also Samstag, dem 14.09.24 gab es zusätzlich einen Tag der offenen Tür. Dies sollte für mehr Besucherinnen und Besucher sorgen, was auch funktioniert hat. An beiden Tagen waren wir von der Regionalgruppe Hannover mit einem Stand vertreten. Vor Ort war auch der Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen (BVN):

Da wir in den beiden Vorjahren immer etwas außerhalb platziert wurden, hatte ich mich im Vorfeld dafür eingesetzt, dass wir diesmal auch in der Aula der Schule im ersten Geschoss einen guten Platz bekommen haben. Das führte zu deutlich mehr interessierten Ratsuchenden an unserem Info-Stand.

Da ich mich während dieser Zeit im Mindener Klinikum befand und zwei Mal an den Füßen operiert werden musste, konnte ich leider nicht vor Ort sein. Trotzdem konnte der Stand an beiden Tagen (Freitag von 10:30 – 17:00 Uhr), Samstag von 10:00 bis 16:00 Uhr, durchgehend besetzt werden. Am ersten Tag waren Manfred Bressel und die gut sehende Bärbel Niespor vor Ort, am Samstag dann Claudia Rieke, Ramona Jacobs, Dirk Grobecker und zeitweise Manfred Bressel.

Sie schilderten mir anschließend beim Krankenhausbesuch, dass sie viele gute Gespräche geführt haben, viele Broschüren und Flyer weitergegeben hätten und sogar neue Mitglieder gewonnen haben, die auch schon zu unseren Treffen gekommen sind. Wie immer hatten wir Info-Material zu vielen Netzhauterkrankungen, dem Sozialrecht, den Hilfsmitteln, aber auch unseren Regionalgruppenflyer und mehr dabei.

Während der beiden Tage waren auch viele namhafte Hilfsmittelanbieter vertreten, es gab zudem diverse Vorträge und Workshops zu blinden- und sehbehindertenspezifischen Themen, teils die schulische Ausbildung von entsprechenden Kindern und Jugendlichen betreffend. Auch für das leibliche Wohl wurde wie immer gesorgt. Die Preise seine recht human gewesen. Hoffen wir, dass es im nächsten Jahr wieder eine Hilfsmittelausstellung beim LBZB gibt, die auch guten Anklang findet.

## Natur-Erlebnisse für alle Sinne mit Beerensuche am Kronsberg in Hannover am 28.09.24

*Von Christian Schulte*

Leider konnte ich an dieser tollen Unternehmung aus gesundheitlichen Gründen nicht teilnehmen. Allerdings weiß ich von vorhergehenden ähnliche Beerenwanderungen am Kronsberg, wie diese ablaufen und habe mit einigen Teilnehmenden und der Diplom-Biologin Sieglinde Fink darüber gesprochen. Sie hat sich diesen Artikel auch vorher angeschaut, damit alles richtig dargestellt ist.

Ein Teil der Teilnehmenden traf sich an diesem Samstag um 12:45 Uhr vor dem Hauptbahnhof Hannover am Ernst-August-Denkmal. Viele kamen aus der Region Hannover, es waren aber auch Teilnehmende aus Bielefeld und Rheda-Wiedenbrück (Ostwestfalen) dabei. Der Mobilitätstrainer Friedel Grenner war auch dort. Gemeinsam gingen sie durch den Hauptbahnhof zur U-Bahn-Station und fuhren dann mit zwei Stadtbahn-Linien zur Haltestelle „Kronsberg“ im Südosten von Hannover.

Sieglinde begrüßte gegen 13:30 Uhr die Teilnehmenden. Bevor die Wanderung und Beerensuche richtig losging, stellten sich alle kurz vor. Auch einige vom Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen (BVN) waren dabei, darunter auch jemand, der weder sehen, noch hören konnte. Insgesamt nahmen 14 Interessierte teil.

Wie immer führte Sieglinde die Gruppe bei heiterem bis wolkigem Wetter Richtung Kronsberg-Gelände. Zunächst wurde eine Linden-Kirschen-Allee mit allen Sinnenerkundet. Wie ich schon in mehreren Artikeln über Kronsberg-Wanderungen schrieb, befindet sich hier ein größeres Wiesengelände. Hierauf stehen etliche Bäume und Büsche. Teilweise existiert auch ein zusammenhängendes Gebiet aus Büschen und Bäumen. Im Unterschied zu früheren Unternehmungen wanderten die Teilnehmenden diesmal nicht auf den Kronsberg, um den Ausblick zu genießen und zu picknicken.

Sieglinde führte die Teilnehmenden aber zu etlichen Pflanzen, damit diese und die Früchte mit allen Sinnen wahrgenommen werden konnten. Darunter war auch die Schwedische Mehlbeere, die auch für den später zubereiteten Beerenpunsch gesammelt wurde. Dies traf auch auf die Hagebutte zu.

Aber auch die Schlehen wurden gesammelt. Die roten Beeren vom Weißdorn konnten wegen des einsetzenden Regens nicht mehr geerntet werden. Außerdem ertasteten und rochen die Teilnehmenden die Vogelbeere und die Wiesen-Schafgabe. Aufgrund des jetzt schlechten Wetters konnte auch kein Brennesselsamen mehr geerntet werden. Sieglinde hatte ihn aber zuvor gekauft.

Nun gingen die Teilnehmenden zum nicht allzu weit entfernten Spielhaus Krokolino, in dem wir die Küche und die Toiletten benutzen durften. Jetzt wurden einige Gruppen gebildet, die sowohl den Beerenpunsch, wie auch Hagebutten-Dattel-Pralinen, Brennesselsamenbutter und Löwenzahnwurzel-Kaffee herstellten.

Dabei verwendete man die zuvor gesammelten Früchte verwendet, aber auch Lebensmittel, die Sieglinde zuvor gekauft hatte. Um den Beerenpunsch herstellen zu können, braucht man noch Apfelsaft, geschnittene Apfelscheiben, sowie Vanille- und Zimtstangen.

Anschließend genossen die Teilnehmenden die hergestellten Getränke und Speisen. Sieglinde gab anschließend auch die Rezepte dazu an die Teilnehmenden weiter. Danach wurde die Küche wieder aufgeräumt. Nun war die Zeit gekommen, um wieder zur Haltestelle „Kronsberg“ zurückzugehen, wo um kurz nach 18:00 Uhr wieder die Stadtbahn zunächst zum Aegi und dann eine andere weiter zum Hauptbahnhof zurückfuhr. Um kurz vor 18:30 Uhr waren diejenigen, die dort hinwollten, wieder im Bahnhof und konnten den Heimweg fortsetzen. Soweit ich gehört habe, hat es allen wieder sehr gut gefallen. Die Teilnahme war übrigens kostenlos, da diese Unternehmung von der Stadt Hannover finanziert wurde.

## Informativer Hilfsmittel-Workshop am 05. und 06.10.24 in Hannover

*von Christian Schulte*

Die Idee zu diesem Hilfsmittel-Workshop hatte Claudia Rieke schon vor einiger Zeit in unser Leitungsteam eingebracht. Im Januar und Februar dieses Jahres wurde es dann immer konkreter. Wir gewannen Thomas Schwerhoff und Alexander Schiermeier, die den Arbeitskreis Hilfsmittel in der PRO RETINA leiten, und zusätzlich noch Regina Prull aus unserer Regionalgruppe als Co-Referentin. Neben diesen drei Aktiven nahmen am ersten Wochenende im Oktober 23 Interessierte daran im Stadtteilzentrum Ricklingen teil. Sie wurden umfassend über alles Wichtige zum Thema informiert.

Ein Teil der Gruppe traf sich an diesem Samstag gegen 10:00 Uhr beim Aufzug zu den Gleisen 9 und 10 im Hauptbahnhof. Ich reiste mit Matthias Töpler aus Kirchlingern mit der Westfalenbahn an, die wenige Minuten Verspätung hatte. Gemeinsam gingen wir zur U-Bahn-Station hinunter und fuhren anschließend bis zur Haltestelle „Beekestraße“ in Ricklingen im Südwesten von Hannover. Ramona Jacobs, die zuvor schon einmal mit Claudia dort gewesen war, zeigte uns den nicht allzu langen Weg zum Stadtteilzentrum. Nach einiger Suche fanden wir den Oberen Saal, in dem die Hauptveranstaltung stattfinden sollte.

Claudia und die beiden Referenten Thomas Schwerhoff mit Frau und Alexander Schiermeier, die bei ihr übernachtet hatten, hatten im Vorfeld schon etwas Technik aufgebaut. Die Tische im Saal waren in Hufeisenform aufgestellt. Sie füllten sich immer mehr. Ein Teil der Interessierten kam auch direkt zum Veranstaltungsort.

Nachdem ich ein Mikrofon bekommen hatte, konnte ich um kurz nach 10:30 Uhr die Anwesenden begrüßen. Da sich viele noch nicht kannten, stellten wir uns kurz der Reihe nach vor. Danach moderierte ich den ersten Vortrag an. Es ging hier allgemein um Hilfsmittel für blinde und sehbehinderte Menschen.

Zunächst fragte Thomas Schwerhoff, was eigentlich Hilfsmittel seien. Es sind Dinge, mit deren Hilfe Menschen mit einer Behinderung oder chronischen Erkrankung bestimmte Tätigkeiten wieder ausüben können. Sie sind natürlich kein vollwertiger

Ausgleich für das Handicap. So kann sich zum Beispiel ein Rollstuhlfahrer fortbewegen, aber nicht laufen. In unserem Fall sind es Lupen oder andere vergrößernde Sehhilfen, aber auch Vorlesesysteme und Langstöcke.

Er erwähnte auch, dass Smartphones und iPhones uns zwar helfen, aber nicht als Hilfsmittel anerkannt sind. Das heißt, dass man sie selbst finanzieren muss. Lupen, Bildschirmlesegeräte, Vergrößerungsprogramme für den Computer, wie auch Vorlesesystem oder eine Braille-Zeile, werden bei einer entsprechenden Verordnung von den Krankenkassen gezahlt.

Thomas riet den Anwesenden, die Sehhilfen zuvor auszuprobieren, um zu testen, ob man damit zurechtkommt und sie einem wirklich weiterhelfen. In der Regel kommen die Firmen, die zum Beispiel Bildschirmlesegeräte vertreiben, zu einem nach Hause, um verschiedene Modelle vorzuführen. Wenn man für sich das Passende gefunden hat, sollte man zum Augenarzt/zur Augenärztin gehen, damit er/sie ein entsprechendes Rezept ausstellt. Wenn man schlecht genug sieht, zahlt die Krankenkasse dies in der Regel. Sie statten uns aber nur im Rahmen der Regelversorgung aus, das heißt, dass man auch ein schon gebrachtes und einige Jahre altes Gerät erhalten kann. Nach etwa fünf Jahren werden die Geräte in der Regel ausgetauscht.

Wenn man ein besseres Gerät haben möchte, kann man den Differenzbetrag aber auch privat zahlen. Reicht ein bildschirmlesegerät nicht mehr aus, benötigt man ein Vorlesesystem. Hier werden die Seiten eingescannt und später vorgelesen.

Es gibt aber auch diverse Hilfsmittel für den Haushalt. Das können zum Beispiel Markierungspunkte am Herd oder an der Waschmaschine sein. Diese muss man allerdings selbst bezahlen. Neben sprechenden Waagen und mehr bekommt man sie zum Beispiel beim Deutschen Hilfsmittelvertrieb in der Bleekstraße in Hannover-Kirchrode (dies soll keine Schleichwerbung sein). Es besteht auch die Möglichkeit, Haushaltsgeräte für unseren Personenkreis umzurüsten. Dies bietet zum Beispiel die Firma Feelware an (auch das ist keine Schleichwerbung). Es soll dort aber auch spezielle Geräte für blinde und stark sehbehinderte Menschen geben. Die Kostenübernahme kann man bei der Krankenkasse beantragen.

Im zweiten Vortrag ging es um den Computer und MAC. Für den PC gibt es einige Vergrößerungsprogramme, wie Zoom-Text, Zoom-Text-Fusion (liest auch vor) oder Supernova. Wenn man entsprechend schlecht sieht, kann man sich dafür ein Rezept beim Augenarzt/der Augenärztin holen. Für eine begrenzte Zeit gibt es oft auch Demo-Versionen, sodass man erst einmal testen kann, ob man gut damit zurechtkommt. Hier kann man unter anderen die Vergrößerung einstellen, sieht dann aber immer nur einen mehr oder weniger großen Teil des Bildschirminhalts. Mit der Maustaste muss man dann immer hin und hergehen. Beim Schreiben sieht man dann immer den Teil, wo man etwas eintippt. Es gibt aber auch noch andere Einstellungen.

Außerdem gibt es noch Programm mit der Sprachausgabe, wie zum Beispiel JAWS. Thomas wies aber auch auf das kostenlose Vorleseprogramm NVBA hin.

Hinter einem MAC verbirgt sich ein Laptop. Diesen Vortrag hielt federführend Alexander Schiermeier. Sein Gerät hat einen 15-Zoll-Monitor. Das ist Standard. Es gibt hier auch ein eingebautes Vergrößerungsprogramm. Da ich neben ihm saß,

konnte ich erkennen, dass die maximale Vergrößerung zwar recht ordentlich war, man aber nur wenig Inhalt auf einmal lesen konnte. So längere Texte zu lesen, oder sich zum Beispiel auf einer Homepage zurechtzufinden, ist wohl sehr schwierig und mühselig.

In diesem Fall ist sicher das ebenfalls eingebaute Vorlesesystem sinnvoller. Man kann den Laptop unterwegs mit sich führen und bei einer WLAN-Verbindung dort daran arbeiten. Im Vergleich zu einem Computer-Rechner hat er aber deutlich weniger Speicherplatz.

Im Publikum gab es etliche Fragen, die überwiegend Thomas ausführlich beantwortete. Eigentlich sollte die Mittagspause um 13:00 Uhr beginnen. Claudia ging wenig später schon einmal zum hauseigenen Restaurant RIX, um dort zu sagen, dass es etwas später wird. Als wir dort eintrafen, bekamen wir trotzdem die vorbestellten Gerichte recht zeitnah und warm serviert. Während und nach des Essens war ein guter Austausch möglich. Da die Pause bis 15:00 Uhr anberaumt war, nutzten manche die Chance, um sich draußen bei sonnigem Wetter etwas die Beine zu vertreten.

Als ich wenig später wieder am Eingang ankam, entdeckte ich Regina Prull und ihren Mann und begrüßte sie herzlich. Regina sollte am Nachmittag beim iPhone-Kurs als Co-referentin fungieren und einige Apps vorstellen, die den Alltag für unseren Personenkreis erleichtern. Mit ihrer eigenen Firma Purll Consulting bietet sie für Interessierte iPhone-Kurse an. Den Vortrag hielt sie, wie auch die beiden anderen Referenten, ehrenamtlich.

Ich führte Regina und ihren Mann in unseren Saal und stellte sie den beiden anderen Referenten vor. Sie kannten sie zuvor nicht persönlich, sondern nur von einer vorbereitenden Telefonkonferenz.

Ab 15:00 Uhr standen zwei parallele Workshops auf dem Programm. In einen ging es um Android-Smartphones, in anderen um iPhones. Im Vorfeld hatte ich die Angemeldeten gefragt, an welchem Kurs sie teilnehmen möchten. Zum Glück war es recht ausgeglichen. Alle, die am Smartphone-Kurs mit Thomas Schwerhoff teilnehmen wollten, blieben einfach im Oberen Saal, die anderen wanderten über einen Flur in einen kleineren Raum. Ich nahm am Smartphone-Kurs teil.

Thomas hatte sein eigenes Gerät dabei. Hiermit demonstrierte er im Laufe des Nachmittags diverse Sachen. Wenn man nicht mehr gut sehen kann, kann man die Schrift mit drei Fingern größer ziehen. Jedoch kann man auch hier nur recht wenig auf einmal sehen und muss ständig hin und her wischen. Deshalb ist bei einer starken Sehbehinderung oder Blindheit die „talk back-Funktion“ sehr empfehlenswert. Hier werden alle Bildschirminhalte vorgelesen. Man kann auch E-Mails oder andere Texte diktieren. Wenn man in einer oder mehreren WhatsApp-Gruppen angemeldet ist, kann man auch hier Audio-Nachrichten einstellen.

Thomas stellte einige Apps vor. Bei der Bahnhof-Live-App kann man unterwegs nachschauen, ob der anvisierte Zug pünktlich ist, Verspätung hat oder von einem anderen Gleis abfährt. Es gibt auch eine Navigator-App, um sich die gesamte Fahrtstrecke mit Umstiegen anzeigen zu lassen.

Thomas berichtete auch von einer App, bei der man Informationen zu Medikamenten und Beipackzetteln einsehen kann. Außerdem machte er im Saal einige Fotos mit dem Smartphone und konnte sich mehr oder weniger ausführlich schildern lassen, was alles dort zu sehen war.

Zwischendurch machten wir eine Kaffeepause, in der auch Blechkuchen angeboten wurde. Da die andere Gruppe dies nicht angeboten bekommen hatte, kamen sie zu uns. Mit Alexander vereinbarte ich, dass die iPhone-Gruppe um 17:50 Uhr wieder zu uns in den Oberen Saal kommt, damit ich zum Ende des ersten Tages alle um 18:00 Uhr verabschieden und auf die Vorträge des zweiten Tages hinweisen kann.

Da vier Teilnehmende (darunter auch ich) von etwas weiter entfernt nach Hannover gekommen waren, hatten wir auf Vorschlag von Claudia im B & B-Hotel in Hannover-Vahrenwald Zimmer für die Übernachtung gebucht. Wir fuhren zunächst mit dem Gepäck zum Hauptbahnhof und dann mit einer anderen Stadtbahn weiter Richtung Norden. Schon nach zwei Stationen waren wir am Ziel und fanden das entsprechende Hotel schon nach kurzer Suche. Claudia begleitete uns und war auch beim Einchecken dabei. Da ein Teil der anderen Teilnehmenden und Referenten schon im Colosseum vorne im Hauptbahnhof saß, machten wir uns bald schon auf den Rückweg.

Zusammen mit den anderen konnten wir hier noch etwas trinken und eine Kleinigkeit essen und uns dabei auch über Themen außerhalb des Hilfsmittel-Workshops austauschen. Manche kannten sich schon, andere weniger. Um kurz vor 23:00 Uhr fuhren wir dann ins Hotel zurück.

Am Sonntagmorgen konnten wir Hotelgäste im Sonnenschein frühstücken, bevor es mit dem Gepäck wieder zurück zum Stadtteilzentrum Ricklingen ging. Im Hauptbahnhof trafen wir auf Claudia und ihre Übernachtungsgäste. Wir waren schon vor der anvisierten Startzeit um 10:30 Uhr wieder im Oberen Saal, sodass wir pünktlich mit den weiteren Vorträgen starten konnten.

Im ersten Vortrag ging es um die Beantragung von Hilfsmitteln. Vieles davon habe ich schon weiter vorne im Artikel vorweggenommen. Falls die Krankenkasse das Hilfsmittel oder Mobilitätstraining verweigert, sollte man auf jeden Fall Widerspruch einlegen. Nach Zustellung der Ablehnung hat man dafür 30 Tage lang Zeit. Es reicht in dieser Frist, wenn man schreibt, dass man Widerspruch einlegt und die detaillierte Begründung später folgt. Dann hat man genug Zeit, um sich zum Beispiel an den rbm, also die Rechtsberatung behinderter Menschen, zu wenden. Hier sind selbst gehandicapte Anwältinnen und Anwälte tätig. Aufgrund ihrer speziellen Erfahrung ist die Erfolgsquote hier recht hoch (70 Prozent). Die Erstberatung ist kostenlos, für das Widerspruchsschreiben und die weitere Vertretung vor Gericht (notfalls durch mehrere Instanzen) nehmen sie seit 2023 jedoch Geld. Wenn man gewinnt, muss jedoch die Gegenseite zahlen. Vermutlich werden sie schon im Erstgespräch sagen, wie die Erfolgschancen sind.

Laut Thomas sollte man aber auf keinen Fall nur schreiben, dass man Widerspruch einlegt und dies nicht näher begründen. Dann sind die Chancen gleich null. Man kann sich auch im Internet informieren, ob in ähnlichen Fällen schon einmal jemandem ein solches Hilfsmittel bewilligt wurde. Dann könnte man diesen Fall heranziehen.

Allerdings gibt es auch den Fall, dass der Augenarzt oder die Augenärztin ein Hilfsmittel nicht verordnen will. In diesem Fall sollte man klar sagen, dass er/sie einem hiermit die Chance nimmt, dies bewilligt zu bekommen. Gut wäre es in diesem Fall, sich eine andere Augenarztpraxis zu suchen. Natürlich sollte eine Bewilligung bei der vorhandenen Sehkraft halbwegs realistisch sein.

Abschließend ging es noch um die ALEXA. Dies ist ein recht kleines Gerät. In der Regel verwendet man es zu Hause. Allerdings war auch eins im Raum, in Verbindung mit einem tragbaren Router. Eine Internet-Verbindung ist wichtig. Man kann sich von ALEXA zum Beispiel die Uhrzeit ansagen lassen, wie das Wetter wird oder was am Abend im Fernsehen kommt. Dies demonstrierte Thomas auch. Auch kann man nach Begriffen fragen und sei sich erklären lassen. Mit der PRO RETINA wusste ALEXA jedoch nichts anzufangen. Auch Bahnverbindungen sagt sie leider nicht mehr an.

Was aber möglich ist ist dass sie gewünschte Musik spielt. Dazu muss man jedoch bei einer Streaming-Plattform angemeldet sein und eine monatliche Gebühr zahlen. Auch das führte Thomas vor. Es ist zudem möglich, dass ALEXA das Licht dimmt oder die Rollläden hinunterlässt. Die Stimme klingt recht natürlich und kann gewechselt werden.

Eigentlich sollte es zum Ende noch eine Feedback-Runde geben, in der die Teilnehmenden ihre Eindrücke vom Workshop schildern konnten. Aufgrund der fortgeschrittenen Zeit und der Tatsache, dass wir den Saal nur bis 3:00 Uhr gemietet hatten, schloss ich als Moderator dann die Veranstaltung, bedankte mich bei den Referenten und den Teilnehmenden, die viele Fragen gestellt hatten und aufmerksam dabei waren. Zudem wünschte ich einen guten Heimweg. Alle Referierenden erhielten zum Dank eine Flasche Wein, von dem eine Spende an die PRO RETINA ging.

Nach den Reaktionen zu urteilen (auch der Neuen), war es eine gelungene und sehr informative Veranstaltung. Manche wünschten sich eine Wiederholung. Somit hatte sich die intensive Vorbereitung gelohnt.

Ich fuhr anschließend zum Hauptbahnhof zurück, aß dort noch eine Kleinigkeit und stieg um 14:09 Uhr in die Westfalenbahn Richtung Bückeburg. Ich war froh, dass ich trotz meiner Fuß-Operationen alles relativ gut „überstanden“ habe.

## Regionalgruppentreffen am 12.10.24 mit Vorträgen zur EUTB, den Pflegegraden und der Schulung der Lebenspraktischen Fähigkeiten

*von Christian Schulte*

Das Jahrestreffen der PRO RETINA-Regionalgruppen Hannover und Nienburg fand erstmals im Stadtteilzentrum Ricklingen im Südwesten von Hannover statt. Es gab zwei interessante Vorträge zu den EUTB-Beratungsstellen unserer Selbsthilfevereinigung, den Pflegegraden und wie man sie beantragt und der

Schulung der Lebenspraktischen Fähigkeiten. Es nahmen fast 40 Interessierte daran teil.

Da an diesem Samstag die Stadtbahn ab dem Hauptbahnhof nur bis zur Haltestelle „Waterlooplatz“ fuhr, war danach bis zum Veranstaltungsort ein Schienenersatzverkehr (Pendelbusse) eingerichtet. Da dies mehr Zeit in Anspruch nimmt, traf sich ein Großteil der Gruppe statt um 11:00 Uhr vor dem Hauptbahnhof schon eine halbe Stunde früher an der Rossmann-Filiale hinten im Bahnhof. So war der Weg hinunter zur U-Bahn-Station deutlich kürzer.

Wegen meiner Fuß-Operationen traf ich mich mit meinem Vater und einem anderen Ehepaar um kurz vor 11:00 Uhr am Ernst-August-Denkmal und wir fuhren zusammen mit einem Taxi zum Stadtteilzentrum Ricklingen. Als wir hier gegen 11:15 Uhr eintrafen, waren schon viele Interessierte dort. Etliche waren direkt zum Veranstaltungsort gekommen aber auch diejenigen, die am Waterlooplatz umgestiegen waren, waren schon vor der Zeit dort. Manfred Bressel hatte im Vorfeld jemanden von der Üstra Bescheid gesagt, sodass beim Umstieg in den Bus geholfen wurde. Es waren auch genügend Begleitungen dabei, wie der spätere Referent Uwe Gerkens.

Die Veranstaltung fand wieder im Oberen Saal statt, in dem am Wochenende zuvor unser Hilfsmittel-Workshop gelaufen war. Diesmal standen vorne zwei Tische, an denen ich, Manfred und die Referenten Platz nahmen. Dahinter gab es vier lange Tischreihen und hinten am Fenster lagen viele Broschüren und Flyer aus. Zudem gab es dort diverse Getränke.

Da unser Haupt-Referent Sylvester Sachse-Schüler um kurz vor 11:30 Uhr noch nicht den Saal betreten hatte, ging ich zum Eingang. Dort war er gerade angekommen. Nachdem ich ihn begrüßt hatte, führte ich ihn zum Oberen Saal. Jetzt konnte das Regionalgruppentreffen beginnen.

Zunächst begrüßte ich die Anwesenden. Damit alle wussten, wer anwesend war und wir überprüfen konnten, ob alle gekommen, die ein Mittagessen vorbestellt hatten, stellten sich alle kurz vor. Zum Glück passte alles. Danach moderierte ich Sylvester Sachse-Schüler an und übergab das Mikrofon.

Er ist für alle 12 EUTB-Beratungsstellen der PRO RETINA zuständig. Die erste Ergänzende unabhängige Teilhabeberatungsstelle gab es übrigens 2018 in Bonn. 2023 bekamen wir für die anderen Beratungsstellen vom Bundesministerium für Arbeit den Zuschlag. Inzwischen finanziert er die Stellen komplett. Die Beratungsstellen sind über das ganze Bundesgebiet verteilt, wobei es im Norden und Osten relativ wenige gibt. Das liegt daran, dass wir dafür nicht den Zuschlag bekommen haben. Die nächste EUTB-Beratungsstelle der PRO RETINA ist in Göttingen.

Sylvester betonte, dass hier eine wirklich unabhängige Beratung stattfindet. Wenn sie an einen Träger gebunden wäre, wäre dies nicht immer der Fall, da auch dessen Interessen in die Beratungen einfließen könnten. Bei den Beratungen geht es um Reha-Maßnahmen, die Teilhabe und die Inklusion. Es wird von den Beratenden ein Weg vorgeschlagen. Letztendlich entscheidet aber der oder die Ratsuchende, ob er/sie diesen Weg gehen möchte oder einen anderen beschreiten möchte.

Die Mitarbeitenden der Beratungsstellen können auch bei der Antragsstellung und anderen Dingen helfen, dürfen aber keine Rechtsberatung durchführen. In den Beratungsstellen der PRO RETINA arbeiten Menschen, die selbst ein Handicap haben. Sie beraten nicht nur blinde und sehbehinderte Menschen, sondern auch diejenigen, die eine andere Beeinträchtigung haben. Auf meine Nachfrage antwortete Sylvester, dass einige eine gewisse Vorbildung haben, wie zum Beispiel ein Studium als Sozialpädagoge absolviert haben oder die der Sozialberatung tätig gewesen sein. Es gibt aber auch Quereinsteiger/innen, die auch bereichernd sind. Sie müssen aber eine Schulung absolviert haben.

Anschließend ging er auf die Pflegegrade und die Beantragung, wie auch das beste Verhalten beim weiteren Fortgang ein. Inzwischen gibt es die Pflegegrade eins bis fünf. Welchen Pflegegrad man zugebilligt bekommt, entscheidet jemand vom Medizinischen Dienst, der/die die Betroffenen in der Regel zu Hause besucht und begutachtet.

Wenn jemand einen Pflegegrad bekommen will, muss er sich zunächst von seiner Krankenkasse einen entsprechenden Antrag schicken lassen und ihn ausfüllen. Falls man außer der Sehbehinderung oder Blindheit noch weitere ständige gesundheitliche Einschränkungen oder Behinderungen hat, sollte man diese dort auch eintragen.

Wenn man den Antrag abgeschickt hat, bekommt man vom Medizinischen Dienst einen Terminvorschlag. Auf den Besuch sollte man sich aber gut vorbereiten. Idealerweise sollten der Schwerbehindertenausweis und ärztliche Berichte und Befunde griffbereit dort liegen. Auch ein Medikamentenplan ist sinnvoll. Man solle sich dort so präsentieren oder die Angaben so machen, als hätte man einen schlechten Tag, da man die Unterstützung dann auch braucht. Gut wäre es auch, wenn ein Angehöriger anwesend ist, sodass er/sie alles aus einer anderen Perspektive schildern kann. Manche Menschen versuchen die Situation besser darzustellen, als sie wirklich ist, da sie sich schämen, all das zu sagen, was nicht mehr gut geht.

Bei der Begutachtung gibt es diverse Module, die unterschiedlich stark gewichtet werden. Im ersten Modul geht es um die Beweglichkeit in der Wohnung und im Haus. Gibt es viele Stufen und Treppen, vielleicht bei schlechter Beleuchtung? Existieren viele Stolperfallen wie Teppiche und Läufer? Ist das Bad/die Dusche barrierefrei? Dies zählt zu zehn Prozent.

Im zweiten Modul geht es um die kognitiven Fähigkeiten. Was passiert, wenn man in der Küche Essen oder Milch auf dem Herd stehen hat, um es zu erwärmen und es klingelt an der Haustür? Behält man es im Auge und stellt es aus? Es spielt aber auch eine Rolle, wie gut man schläft und ob einen große Probleme und Sorgen vom Schlaf abhalten. Leidet man unter Depressionen oder Angststörungen aufgrund der belastenden Situation? Dies sollte auf jeden Fall geäußert werden. Es fließt zu 15 Prozent in die Beurteilung ein.

Das dritte Modul ist das Wichtigste. Es wird zu 40 Prozent gewichtet. Hier geht es um die Bewältigung des Alltags. Schafft man noch alleine die Körperpflege? Kann man sich noch alleine rasieren, waschen, die Finger- und Fußnägel schneiden oder sich schminken? Ist man in der Lage, die Wohnung zu putzen, zu saugen und die Wäsche

zu waschen und zu bügeln? Kann man selbstständig den Tisch decken und Essen zubereiten, also kochen und vielleicht auch backen?

Bevor Sylvester zum vierten und fünften Modul kam, meinte Manfred Bressel, dass es schon kurz vor 13:00 Uhr sei und wir jetzt zum hauseigenen Lokal RIX gehen sollten, damit die vorbereiteten Mittagsgerichte rechtzeitig und warm serviert werden können. Wir fragten Sylvester, ob er den Vortrag nach 14:00 Uhr fortsetzen könne, was er jedoch ablehnte, da er schon bald wieder abreisen wollte. Ursprünglich hatte er einen späteren Zeitpunkt genannt. Er war jedoch bereit, während der Mittagspause noch Fragen der Anwesenden zu beantworten und informierte mich über den Rest des Vortrags, den ich schon in ähnlicher Form beim AMD-Symposium in Braunschweig von ihm gehört hatte. Zum Abschluss überreichte ich ihm als Gastgeschenk eine Flasche Wein, von der eine Spende an die PRO RETINA geht.

Die Mittagsgerichte schmeckten gut und die Anwesenden unterhielten sich angeregt und konnten Kontakt zu anderen Betroffenen knüpfen. Manche waren schon häufiger bei Regionalgruppentreffen, andere zum ersten Mal. Das Altersspektrum reichte von Mitte Zwanzig bis über 80 Jahre.

Nach der Mittagspause setzte ich den Vortrag über die Pflegegrade fort. Im vierten Modul geht es um die Kommunikation. Kann man noch alleine die Post öffnen und lesen, sie beantworten, Formulare und Anträge ausfüllen und Rechnungen bezahlen? Ist das Telefonieren noch möglich? Kann man Mails lesen und darauf antworten?

Im letzten Modul geht es um die Mobilität außerhalb des Hauses. Kann man noch eigenständig einkaufen? Sind Arztbesuche und Behördengänge noch machbar? Kann man noch an kulturellen und sportlichen Angeboten teilnehmen? Sind noch Besuche von Verwandten und Freunden möglich? Kann man noch Fahrpläne lesen?

All diese Module führen zu einer Gesamtbeurteilung. Diese wird einem in der Regel wenige Wochen danach schriftlich mitgeteilt. Falls man damit nicht einverstanden ist, weil nicht alles darin berücksichtigt wurde, kann man innerhalb von 30 Tagen Widerspruch dagegen einlegen. Hierbei kann auch der rbm (Rechte behinderter Menschen) behilflich sein. Falls Ihr die Kontaktdaten benötigt, könnt Ihr Euch gerne an mich wenden. Meine Mail-Adresse lautet: [chrsitian.schulte.ri@t-online.de](mailto:chrsitian.schulte.ri@t-online.de) Es gibt in Marburg und Berlin telefonische Sprechzeiten.

Abschließend kann ich noch erwähnen, dass das Blindengeld ab dem Pflegegrad 2 auf das Pflegegeld angerechnet wird. Je höher der Pflegegrad ist, desto mehr Geld gibt es. Man kann es für häusliche Pflege, aber auch für eine Haushaltshilfe, einsetzen, aber auch für beide Bereiche.

Anschließend berichtete ich über die Aktivitäten unserer Regionalgruppe in diesem Jahr. Da ich hierüber immer in diesem Newsletter informiert habe, verzichte ich an dieser Stelle auf nähere Details. Dazu gibt es regelmäßige Telefonkonferenzen, bei denen wir über diverse Themen sprechen und informieren, aber auch Fachvorträge via Zoom, an denen Menschen aus ganz Deutschland teilnehmen.

Darüber hinaus sind wir mit einem PRO RETINA-Stand bei diversen Veranstaltungen in Hannover präsent und ich bringe vier Mal im Jahr einen umfangreichen Newsletter

heraus. Auch gab es zwei Mal einen telefonischen Austausch von Eltern, die ein sehbehindertes Kind haben. Hierbei konnten Elternteile von jüngeren Kindern von den Erfahrungen derjenigen profitieren, die teils schon erwachsene Kinder haben und bei denen die Erkrankung schon recht weit fortgeschritten ist.

Claudia Rieke berichtete noch vom unserem Schulbesuch in Rinteln, bei dem wir Jugendliche über das Thema Sehbehinderung aufgeklärt und informiert haben. Ramona Jacobs berichtete kurz über ihre MD-Beratungen und den Selbsthilfedor Klangfarben.

Um kurz nach 14:30 Uhr konnte ich dann dem zweiten Referenten Uwe Gerkens das Wort erteilen. Er kommt aus Hannover und ist sowohl als Mobilitätstrainer, wie als Trainer der Lebenspraktischen Fähigkeiten tätig. Hierbei lernen Kinder, aber auch Erwachsene, die im Laufe ihres Lebens immer schlechter sehen, wie ich die Körperpflege selbstständig bewerkstelligen können, alleine essen Mahlzeiten zubereiten und die Wohnung in Ordnung halten. Hierbei gibt es diverse Hilfsmittel und Tricks.

Die Finanzierung ist nicht immer so leicht. Am einfachsten ist es wohl bei Kindern. Hier kann man argumentieren, dass sie so eigenständig am Schulleben und an Klassenfahrten teilnehmen können. Erwachsene sollten zunächst einen Antrag an ihre Krankenkasse stellen. Leider wird dies nicht selten abgelehnt. Dann reicht die Krankenkasse diesen Antrag an das Sozialamt weiter. Dies kann im Rahmen der Eingliederungshilfe finanziell einspringen. Allerdings wird hier zunächst die finanzielle Situation geprüft. Bei einem höheren Einkommen oder bestimmten Vermögenswerten ist das wohl nicht der Fall, aber auch wenn der Ehemann/die Ehefrau solches hat. Auch auf Lebenspartner/innen trifft das zu. Wenn dies nicht zutrifft, hat man eine gute Chance.

Falls es nicht vom Sozialamt finanziert werden sollte, kann man die Lebenspraktischen Fähigkeiten-Schulungen auch selbst zahlen. Allerdings muss man bedenken, dass eine Stunde (45 Minuten) 110 Euro kosten und 80 Stunden empfohlen werden.

Wenn man innerhalb der letzten vier Jahre gesetzlich blind geworden ist, kann man sich auch an den Niedersächsischen Landesblindenfonds wenden. Hier bekommt man aber nur einmalig 1.000 Euro.

Uwe Gerkens weist noch auf eine andere Möglichkeit hin. Wenn man entweder innerhalb kurzer Zeit viel Sehkraft verliert oder eine Person erkrankt oder stirbt, die einem davor viel geholfen hat, kann man bei den Krankenkassen auch die Kosten für diese Schulungen beantragen. Dies gilt leider nicht für die AOK. Ist man sehbehindert, bekommt man 10 Stunden zugebilligt, bei Blindheit oder einer weiteren Behinderung sind es weitere 10 Stunden.

Uwe Gerkens kommt dann zu jedem nach Hause und übt es dort ein. Das Mobilitätstraining findet normalerweise auch zunächst in gewohnter Umgebung statt, es sei denn, jemand möchte das nicht. Als Uwe Gerkens gegen 16:20 Uhr seinen Vortrag beendet hatte, bekam er von meiner Stellvertreterin Claudia Rike auch eine Flasche Wein überreicht. Anschließend verabschiedete ich die Anwesenden und

wünschte ihnen eine gute Heimfahrt. Aufgrund der Rückmeldungen hat das Treffen mit viele wichtigen Informationen allen gut gefallen.

Mit meinem Vater und zwei weiteren Teilnehmenden fuhr ich anschließend wieder zum Hauptbahnhof zurück und brachte sie teils zum Gleis, bevor es für mich und meinen Vater um 17:09 Uhr wieder mit dem Regionalzug nach Bückeburg und dann weiter nach Rinteln ging.

## Interview mit Ursula Deppenmeier über ihre Erblindung, ihre Hörbeeinträchtigung und das Einsetzen eines Hör-Implantats

Manche von euch kennen Ursula Deppenmeier aus Hannover sicher von unseren Ausflügen und Treffen. Sie hat das Alström-Syndrom, kann also mittlerweile nichts mehr sehen und hat ohne Hilfsmittel eine starke Hörbeeinträchtigung. Ursula ist seit 2023 Mitglied in der PRO RETINA.

Im Interview erzählt sie von ihrer Schulzeit im Landesbildungszentrum für Blinde (LBZB), wo sie auch ihre Ausbildungen absolviert hat, wie auch von ihrer beruflichen Tätigkeit. Außerdem informiert sie darüber, wie sie in jedes Ohr ein Cochlea-Implantat eingesetzt bekommen hat und wie dadurch wieder ein deutlich besseres Hören möglich wurde. Sicher ist dieses Interview nicht nur für seh- und hörbehinderte Menschen interessant.

### **Du konntest von Geburt an nicht gut sehen. War dann gleich klar, dass Du in Hannover im Landesbildungszentrum für Blinde unterrichtet wirst?**

Nein. Bei einer Untersuchung vor der Einschulung, die vom Gesundheitsamt durchgeführt wurde, hatte sich herausgestellt, dass mein Sehrest für die Schulte der Sehenden nicht ausreicht. Meine Eltern wollten, dass ich in der Nähe meines Elternhauses zur Schule gehen kann und haben versucht eine Möglichkeit zu finden. Sie hatten keine andere Schule oder andere Stelle gefunden, sodass keine andere Wahl blieb, als zur damaligen „Niedersächsischen Landesblindenschule in Hannover“ zu gehen.

### **Warst Du dort schon von der ersten Klasse an im Internat untergebracht? Wie war das für Dich?**

Ja, ich war ab der ersten Klasse dort und war für die Schul- und Ausbildungszeit im Internat untergebracht. Vor Allem in den ersten vier Jahren war es für meine Mutter und mich am schwierigsten! Als Jugendliche haben wir einiges mit unseren Erzieherinnen mit der Gruppe unternommen. Wir haben zum Beispiel gebastelt, gebacken und Theateraufführungen besucht. Wir haben zum Beispiel auch gelernt, mithilfe von Essenstechniken, wie man sich ein Brot schmiert und sein warmes Essen einnimmt, ohne das Essen vom Teller runter zuschieben. Wir hatten auch Küchendienst. Wir hatten eine gute Gemeinschaft in unserer Gruppe. Die meisten

waren im Chor. Wir haben oft abends zusammengesessen, haben gesungen, eine konnte gut Gitarre und Akkordeon spielen oder haben einen Tee getrunken.

**Zu Beginn der Schulzeit hattest Du noch zehn Prozent Sehkraft. Hast Du neben der Braille-Schrift auch die Schwarzschrift gelernt?**

Ja, ich habe die Schwarzschrift im Kindergarten gelernt. In der zweiten oder dritten Klasse es eine Art - man nannte das „Seh-Übung“. In dieser Schulstunde habe ich unter anderem auch mit einem Buch am Fernseh-Lesegerät gesessen, brauchte aber einen guten Kontrast zum Beispiel schwarz auf weiß und eine Vergrößerung, etwa so groß wie die großen Zeitungsüberschriften.

**Dann hast Du damals auch schon nicht mehr so gut gehört. Hast Du trotz der Einschränkungen dem Unterricht einigermaßen folgen können?**

Ich saß immer vorne, nah am Lehrertisch. So konnte ich einigermaßen gut verstehen.

**Wann hat man gemerkt, dass Du auch hörbehindert bist? Bekamst Du dann Hörgeräte?**

Dass ich nicht ganz vollständig hören konnte, wurde bei einer Untersuchung, die vom Gesundheitsamt während meiner Schulzeit durchgeführt wurde, festgestellt. Wenn ich mich recht erinnere, war ich danach auch noch einmal zur Untersuchung in der MHH. Ich habe zu dem Zeitpunkt noch keine Hörgeräte erhalten. Als ich in der 10. Klasse war, hat unser Klassenlehrer zu meiner Mutter gesagt, dass ich zu einem Ohrenarzt gehen und das Gehör überprüfen lassen sollte. Das haben wir auch getan. Dort wurde uns gesagt, dass meine Hörminderung nicht mit einem Hörgerät ausgeglichen werden könnte. Ich hatte also bis zur 10. Klasse noch kein Hörgerät, obwohl das Hören schon schwierig war, was sich auch, wie ich meine, auf meine schulischen Leistungen ausgewirkt hat.

**Du hast beim LBZB zehn Schuljahre besucht und dann wohl den Realschulabschluss gemacht, oder?**

Ich habe nach 10 Schuljahren einen erweiterten Hauptschulabschluss erreicht.

**Hast Du am Ende Deiner Schulzeit noch etwas gesehen?**

Ich habe noch etwas gesehen, aber ab dem Zeitpunkt wurde das Sehen und das Hören – mein Eindruck – etwa zeitgleich - langsam weniger. Ich habe nach der 10. Klasse ein Berufsvorbereitungsjahr absolviert. In diesem Schuljahr habe ich mein erstes Hörgerät bekommen. Das zweite bekam ich etwa vier Jahre später nach einer nicht erfolgreichen OP.

### **War dann gleich klar, welche Ausbildung Du machen willst oder kannst?**

Nein. Ich habe daher nach der Schule ein Berufsvorbereitungsjahr absolviert, in dem ich meinen Ausbildungsberuf finden sollte. Eigentlich wollte ich die Ausbildung als Masseurin und medizinische Bademeisterin machen. Da ich diese Ausbildung aus verschiedenen Gründen nicht machen durfte, gab es als Alternative, die Ausbildung zur Telefonistin. Dieses Ausbildungsjahr begann ich nach dem Berufsvorbereitungsjahr. Nach der Ausbildung zur Telefonistin habe ich noch die Ausbildung zur Phonotypistin und Stenotypistin abgeschlossen.

### **Hast Du die Ausbildung beim LBZB gemacht oder in einer „normalen“ Behörde oder Firma?**

Ich war während der gesamten Schul- und Ausbildungszeit im LBZB Hannover.

### **Hast Du anschließend noch weitere Ausbildungen gemacht?**

Nein. Ich habe nur privat ein Seminar besucht, bei dem ich als Nachweis für den erfolgreich bestanden Test ein Zertifikat erhalten habe, aus dem hervorgeht, dass ich als ehrenamtliche und nebenberufliche Punktschriftlehrerin tätig sein kann/darf.

### **Du arbeitest noch heute in Deinem Beruf. Was machst Du heute genau?**

Ich arbeite als Telefonserviceberaterin. Meine Tätigkeit ist hauptsächlich am PC.

### **Brauchst Du dafür Hilfsmittel?**

Ja.

### **Inzwischen hast Du kein Hörgerät mehr, sondern Implantate eingesetzt bekommen. Wie kam es dazu und wann war das?**

Ich hatte bis Mitte 2020 an beiden Seiten Hörgeräte. 2014 sollte ich mich nach Meinung meiner Ohrenärztin schon einmal mit dem Thema Cochlea-Implantat befassen. Ich hatte mir auch 2014 einen Termin in der Ambulanz der MHH geben lassen und hatte dort an verschiedenen Informationen und Vorträgen teilgenommen. 2014 hatte ich mich noch nicht für ein Implantat entschieden, weil ich mit Hörgeräten noch etwa 70 % hören konnte und bekam neue Hörgeräte. Als 2020 wieder die Entscheidung anstand, entweder neue Hörgeräte oder Implantate, habe ich bei drei unterschiedlichen Akustikern Hör-Tests vornehmen lassen. Alle hatten das gleiche Ergebnis gemessen. Von meinem Akustiker bekam ich zusätzlich den Hinweis, dass es kein Gerät mit noch mehr Verstärkung gibt, als das, was ich aktuell hatte. Das Hörvermögen hatte sich von 2014 bis 2020 von 70 % auf 40 % Hörvermögen mit Hörgeräten verschlechtert. Als ich dann wieder zur Untersuchung in die MHH ging, war klar, dass es keine vernünftige andere Möglichkeit gab, als Implantate. Das Implantat links wurde Mitte 2020 eingesetzt und das rechte Mitte 2022.

### **Hast Du mitbekommen oder wurde Dir geschildert, wie die Operation vonstattengeht? Kann es Komplikationen geben?**

Mir wurde sehr genau erklärt, wie der gesamte Ablauf ist. Erst schon bei den Terminen in der Ambulanz und dann auch bei Aufnahme auf der Station. Ich konnte auch alle Fragen die kurz vor der OP noch bestanden, klären. Wie bei jeder anderen OP kann es auch bei dieser OP zu Komplikationen kommen. Wenn aber alles vorab besprochen und alle Fragen, die man vor der OP hat, mit dem Arzt oder mit dem Personal geklärt hat und alles gut vorbereitet ist, ist nicht unbedingt von Anfang an davon auszugehen, dass es zu Komplikationen kommt. Es ist wie vor jeder anderen OP auch.

### **Müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein, damit man diese Implantate bekommt?**

Das weiß ich nicht. Ich habe zwischenzeitlich gehört, wenn das Hörvermögen unter 50 % ist, könnte operiert werden. Ob das tatsächlich so ist, kann ich nicht beurteilen. Wer sich zu seiner eigenen Situation beraten lassen möchte, wendet sich zum Beispiel an das Deutsche Hörzentrum in der MHH in Hannover. Die Telefonnummer lautet: (05 11) 5 32-66 03.

### **Wie viel besser kannst Du durch die Implantate hören?**

Ich kann bei beiden eingeschalteten Geräten mit neuen Batterien circa 80 bis 85 % verstehen. Mit Hörgeräten vor der OP waren es circa 60 %, wenn beide Geräte eingeschaltet waren.

### **Musstest Du danach eine Art Hörtraining absolvieren? Sicher hast Du davor viele Nebengeräusche gar nicht mehr gehört, oder?**

Ja. fünf bis sechs Wochen nach der OP kommt erst eine Woche Erstanpassung. In dieser Woche werden erste Einstellungen vorgenommen und der Start ton wird getestet. In dieser Woche ist man jeden Tag zu fest vereinbarten Zeiten in der Klinik. Zum Ende der Woche hat man ein Gespräch mit dem Arzt. Für das Hörtraining nach der Erstanpassung sucht man sich eine logopädische Praxis, was die Voraussetzungen für das Hörtraining für Patienten mit Implantat ist. Das Hören muss nach der OP ganz neu gelernt werden. Angefangen von unterschiedlichen Tönen, Geräuschen, einzelnen Vokalen oder anderen Lauten und so weiter. Das Training nach dem Termin beim Therapeuten ist auch wichtig.

### **Musst Du auch jetzt mit den Implantaten noch zu Untersuchungen und Kontrollen?**

Ja. Die große Untersuchung ist jetzt für mich einmal im Jahr und die Reinigung der Geräte einmal im Quartal. Die ärztliche Kontrolluntersuchung ist abgeschlossen.

**Sollte man sich melden, wenn man das Gefühl hat, dass nicht alles gut eingestellt ist?**

Ja, in jedem Fall!

**Herzlichen Dank für Deine tollen und aussagekräftigen Antworten. Sie sind sicher für viele Leser/innen interessant, nicht nur für Menschen mit dem Usher- oder Allstrom-Syndrom.**

Neuigkeiten aus der Regional- und Landesgruppe – Wer möchte sich ehrenamtlich engagieren?

*von Christian Schulte*

Eigentlich sollte am Samstag, dem 30.11.24 das Jahrestreffen der niedersächsischen Aktiven der PRO RETINA im Stadtteilzentrum Kronsberg stattfinden. Hier sollte das neue Landesansprechpartner-Team gewählt werden.

Leider kann dieses Treffen dann nicht durchgeführt werden, da ich als aktueller Landesansprechpartner (Landesvorsitzender) am 27.11.24 in Minden auf meine großflächigen Wunden nach der Hautkrebs-Entfernung eigene Haut transplantiert bekomme.

Leider können wir deshalb noch nicht sagen, ob es noch in diesem Jahr nachgeholt werden kann. Das hängt auch von einigen anderen bundesweiten Veranstaltungen ab. Claudia Rieke und ich haben dieses Thema Ende Oktober bei der Regionalgruppenleiter-Klausurtagung angesprochen. Die Wahl kann aus gesundheitlichen Gründen verschoben werden, allerdings muss die Wahl des Landesansprechpartner-Teams im Rahmen einer Präsenz-Veranstaltung durchgeführt werden, ist also nicht via Zoom möglich.

In einem Artikel im letzten Newsletter habe ich schon geschrieben, dass sich alle niedersächsischen PRO RETINA-Mitglieder für ein Amt in diesem Team bewerben können. Ich werde wohl wieder als Landesansprechpartner antreten, allerdings kann es auch eine Gegenkandidatur geben. Auch für die Ämter als Stellvertretung und Kassenwart/in kann man sich bewerben. Hierfür sollte man einige Vorkenntnisse haben, allerdings wäre Manfred Bressel sicher bei der Einarbeitung behilflich und in der PRO RETINA werden immer wieder Kassenwertschulungen angeboten.

Ebenfalls suchen wir auf Landesebene zwei Kassenprüfer/innen. Der Aufwand hierfür ist nicht sehr groß. Alle Ämter sind auf vier Jahre befristet. Wahlberechtigt sind laut Wahlordnung all diejenigen, die in Niedersachsen ein Ehrenamt in der PRO RETINA ausüben. Ich würde mich wirklich sehr freuen, wenn sich jemand von Euch diesbezüglich bei mir melden würde. Nur wenn möglichst viele mitmachen, können wir etwas bewegen und die Arbeit ist für jede/n dann auch nicht so viel.

Aber auch in der Regionalgruppe sind gerne helfende Hände willkommen. Dies kann zum Beispiel die Unterstützung bei einer Standbesetzung (beim Selbsthilfetag oder einer Hilfsmittelausstellung sein, aber auch die Begleitung von blinden und stark sehbehinderten Teilnehmenden bei einer Veranstaltung.

Gerne kann auch bei Veranstaltungen unterstützt werden oder beispielsweise vor den Regionalgruppentreffen die Einladungen per Post versandfertig gemacht werden (für diejenigen, die keine Mail-Adresse haben).

Zudem planen wir in nicht allzu ferner Zukunft eine Patientensprechstunde in der Uni-Augenklinik der Medizinischen Hochschule Hannover einzurichten. Ein erster Schritt in diese Richtung ist, dass wir genügend Beratende finden, die dort tätig werden möchten. Gut wäre es, wenn eine diagnosespezifische Beraterausbildung gemacht würde (eine MD-Beraterin haben wir schon). Dazu müsste noch ein Zusatz-Kurs absolviert werden, damit auch in anderen Bereichen (Sozialrecht, Hilfsmittel) einige Kenntnisse vorhanden sind.

Auch hierzu würde ich mich über Rückmeldungen freuen. Wir werden auch auf diejenigen zukommen, die schon einmal notiert hatten, dass sie gerne ehrenamtlich aktiv werden möchten. Dies alles wäre nur im Sinne der Selbsthilfe und würde allen Mitgliedern zugutekommen.

## Impressum/Ansprechpartner/innen

### **Redaktionelle Verantwortung:**

Christian Schulte

### **Regionalgruppenleitung:**

Christian Schulte

E-Mail: [christian.schulte.ri@t-online.de](mailto:christian.schulte.ri@t-online.de)

Telefon: (0 57 51) 7 63 04

### **Stellvertretende Regionalgruppenleiterin:**

Claudia Rieke

E-Mail: [claudia.rieke@pro-retina.de](mailto:claudia.rieke@pro-retina.de)

Telefon: (05 11) 64 69 20 76

### **MD-Beratung:**

Ramona Jacobs

E-Mail: [ramona.jacbos@pro-retina.de](mailto:ramona.jacbos@pro-retina.de)

Telefon: (05 11) 16 57 36 70

### **Kassenwart:**

Manfred Bressel

E-Mail: [manfred.bressel@web.de](mailto:manfred.bressel@web.de)

Telefon: (05 11) 85 17 49

### **Aktiven-Gruppe und Newsletter:**

Christian Schulte

(Kontakt Daten siehe oben)

### **RP-Beratung:**

Mathias Kolecki

E-Mail: [mathias.kolecki@pro-retina.de](mailto:mathias.kolecki@pro-retina.de)

### **Hilfsmittelberatung:**

Mathias Kolecki

E-Mail: [mathias.kolecki@pro-retina.de](mailto:mathias.kolecki@pro-retina.de)

### **Pflege der Homepage:**

Michaela Bohne

E-Mail: [Bohne.michaela@web.de](mailto:Bohne.michaela@web.de)

Telefon: (01 76) 63 17 04 42