

NEWSLETTER November 2020

(Ausgabe 36)

PRO RETINA Deutschland e. V.

Regionalgruppe Hannover

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|-------------------------------------|
| Inhaltsverzeichnis..... | Error! Bookmark not defined. |
| Vorwort | 3 |
| Veranstaltungshinweise/Terminkalender..... | 4 |
| Donnerstag, 05.11.20, 18:00 – 20:00 Uhr, Virtueller Technik-Gesprächskreis des BVN, an dem auch PRO RETINA-Mitglieder teilnehmen dürfen..... | 5 |
| Samstag, 07.11.20, 12:00 – ca. 17:30 Uhr, sehbehindertengerechte Führung durch das Museum für textile Kunst in Hannover-Kirchrode – ERNEUT VERSCHOBEN!..... | 5 |
| Freitag, 27.11.20, ab 16:00 Uhr, Blickwechsel der Petri-Kirche Hannover-Kleefeld als Telefonkonferenz-Konzert..... | 5 |
| Donnerstag, 03.12.20, 18:00 – 20:00 Uhr, Virtueller Technik-Gesprächskreis des BVN, an dem auch PRO RETINA-Mitglieder teilnehmen dürfen..... | 6 |
| Samstag, 05.12.20, 12:00 – 16:00 Uhr, Hannover, Treffen vom Freundeskreis Selbsthilfe in weihnachtlicher Atmosphäre..... | 6 |
| Freitag, 11.12.20, ab 15:00 Uhr, Hannover, Adventsfeier in der Petri-Kirche in Hannover-Kleefeld. | 6 |
| Samstag, 19.12.20, 9:55 – 17:50 Uhr, Bielefeld, sehbehindertengerechte Führung durch die Dr. Oetker-Welt - MUSS LEIDER SCHOBEN WERDEN..... | 7 |
| Donnerstag, 07.01.21, 18:00 – 20:00 Uhr, Virtueller Technik-Gesprächskreis des BVN, an dem auch PRO RETINA-Mitglieder teilnehmen dürfen..... | 7 |
| Freitag, 29.01.21, ab 16:00 Uhr, Blickwechsel der Petri-Kirche in Hannover/Kleefeld vermutlich als Telefonkonferenz | 7 |
| Unsere Fahrt nach Bad Oeynhausen mit toller, sehbehindertengerechter Führung durch die Kuranlagen am 15.08.20..... | 7 |
| Gemeinsame Stadtführung in Hameln mit der Bielefelder Gruppe am 29.08.20..... | 10 |
| Bericht über die sehbehindertengerechte Wild- und Heilkräuterführung an den Annateichen am 06.09.20..... | 13 |
| Bericht vom Regionalgruppentreffen am 12.09.20 in Hannover..... | 16 |
| Unsere Fahrt an den Emmer-Stausee in Schieder-Schwalenberg am 03.10.20..... | 20 |
| Interessante Wanderung und Beerensuche mit der Biologin Sieglinde Fink am Kronsberg am 11.10.20..... | 23 |
| Abenteuerliche Fahrt zur DV und Mitgliederversammlung der PRO RETINA am 16. und 17.10.20 in Bonn | 25 |

| | |
|---|----|
| Auch blinde Menschen können Schach spielen – Interview mit Peter Ellinger über sein Hobby und den Berufsweg..... | 29 |
| Neues telefonisches Angebot in der PRO RETINA über Neuigkeiten aus der Forschung | 33 |
| Gespritzte halbleitende Polymer-Nanopartikel führen bei Ratten mit RP in Studie zu erheblich besserem Sehen | 34 |
| Impressum/Ansprechpartner*innen..... | 36 |

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser!

Zum Glück war die Corona-Situation in den Sommermonaten um einiges besser als im Moment. So habe ich die Chancen genutzt und wir haben einige sehr schöne Aktivitäten durchführen können, über die ich in dieser Ausgabe jeweils ausführlich berichte. Sie waren alle gut besucht.

Mitte August waren wir in Bad Oeynhausen und haben dort eine sehr interessante Kurparkführung gemacht, bei der alle Sinne zum Tragen kamen. Auch das Wetter war zu dieser Zeit gut. Ende August hatte Matthias Töpler aus der Bielefelder Regionalgruppe eine sehbehindertengerechte Führung durch die schöne Rattenfängerstadt Hameln organisiert. Sie war ganz okay, allerdings hätte der Stadtführer einiges besser machen können. Wir waren aber froh, uns wiederzusehen und auch neue Leute kennenzulernen.

Am 12. September fand unser diesjähriges Regionalgruppentreffen in Hannover statt. Es referierte Frau Dr. Jacobsen von der Augenklinik der Medizinischen Hochschule auch über seltene Netzhauterkrankungen und die neuste Forschung. Dies stieß bei den zahlreichen Angemeldeten auf großes Interesse. Im Bericht informiere ich über viele Details, wie auch über den Vortrag von Herrn Dr. Schenk über die Erkrankung NON 24 und Schlafstörungen.

Im September und Oktober führe die Diplom-Biologin Sieglinde Fink zwei sehr interessante Natur-Erlebnisführungen durch. Am 06.09.20 machten wir eine Wild- und Heilkräuterführung um die Annateiche und am 11.10.20 eine Wanderung und Beerensuche am Kronsberg, beides in Hannover. Auch hierzu gibt es Artikel in dieser Ausgabe. Zudem berichte ich von unserer Fahrt zum Emmer-Stausee in Ostwestfalen, ebenfalls bei schönem Wetter und vielen Teilnehmenden.

Am 16. Und 17. Oktober bin ich mit dem Delegierten und Bielefelder Regionalgruppenleiter Konrad Gerull, der inzwischen erblindet ist, nach Bonn zur Delegiertenversammlung und „abgespeckten“ Mitgliederversammlung der PRO RETINA Deutschland e. V. gefahren, wo auch die Wahlergebnisse verkündet wurden. Wegen massiven Zugverspätungen und Ausfällen, die für ziemliches Chaos gesorgt hatten, waren wir am Ende froh, wieder gut zurückgekehrt zu sein, zumal Konrad in Bonn halbseitig vom Hochbahnsteig gestürzt ist, als ihn gerade jemand anderes führte. Eine wirklich abenteuerliche Fahrt, die wir so noch nie erlebt haben.

Zudem findet Ihr in dieser Ausgabe ein längeres Interview mit meinem Vorgänger als Herausgeber dieses Newsletters, Peter Ellinger. Er erzählt

über den Verlauf seiner Augenkrankheit, seine berufliche Laufbahn und sein großes Hobby Schachspielen und verrät, wie dies auch für blinde und stark sehbehinderte Menschen möglich ist.

Außerdem erfahrt Ihr, wie Ihr per Telefon immer die neusten Forschungsberichte zu degenerativen Netzhauterkrankungen hören könnt und einen ganz neuen Forschungsansatz zur Sehverbesserung, der zumindest bei Ratten gut geklappt hat. Hoffen wir mal, dass es in nicht allzu ferner Zukunft auch bei Menschen möglich ist.

Letztendlich hoffe ich, dass für Euch wieder viele interessante Berichte und Informationen dabei sind und sich so die Mühe gelohnt hat. Ich wünsche Euch viel Spaß beim Lesen oder Hören und hoffe, dass wir gut und gesund durch den restlichen Herbst und Winter kommen und 2021 ein besseres Jahr wird, in dem wieder mehr möglich ist.

Christian Schulte

Ersteller des Newsletters und Regionalgruppenleiter

[Veranstaltungshinweise/Terminkalender](#)

Alle Veranstaltungen der PRO RETINA Hannover stehen unter dem Vorbehalt, dass sie aufgrund der dann geltenden Corona-Bestimmungen möglich sind. Alle Angemeldeten würde ich sofort informieren, falls leider eine Veranstaltung abgesagt werden muss.

Bedauerlicherweise wurden die beiden Führungen durch das Museum für textile Kunst am 07.11,29 in Hannover und die bei Dr. Oetker in Bielefeld am 19.12.20 nach dem den Stornierungen im Frühjahr erneut abgesagt. Neue Termine habe ich noch nicht ausgemacht, da momentan die Entwicklung der Corona-Situation schwer vorherzusagen ist. Eine solche Organisation und dann die Benachrichtigung über die Stornierung ist immer mit einer gewissen Arbeit und Enttäuschung verbunden. Ich hoffe, dass wir 2021 neue Besichtigungen dort machen können.

Dann hat mir Sabine Schulz gesagt, dass es ab sofort keinen monatlichen Stammtisch der PRO RETINA im Brunnenhof/Kaiserhof in Hannover geben wird. Als Gründe nannte sie das fortgeschrittene Alter und die dadurch oft eingeschränkte Mobilität und diverse Sterbefälle, sodass die Teilnehmezahl in den letzten Jahren stets gesunken ist. Es soll aber künftig hin und wieder im privaten Rahmen Treffen geben. Alle diejenigen, die bisher daran teilgenommen haben, sind herzlich eingeladen, an

den mittlerweile generationsübergreifenden Treffen des „Freundeskreises Selbsthilfe“ in Hannover teilzunehmen. Die Termine dafür veröffentliche ich wenn möglich zuvor hier, man kann sie aber auch telefonisch unter (0 57 51) 7 63 04 oder per Mail an christian.schulte.ri@t-online.de erfragen. Wir treffen uns am Samstagmittag vor dem Hauptbahnhof Hannover und gehen dann entweder zum Restaurant „Bavarium“ oder „Paulaner am Thielenplatz“ zum Mittagessen und Erfahrungsaustausch. In der letzten Ausgabe des Newsletters habe ich Näheres dazu geschrieben. Auch „Neue“ unterschiedlichen Alters finden hier Antworten auf ihre Fragen rund ums Thema „Sehbehinderung“.

Christian Schulte, Regionalgruppenleiter

Donnerstag, 05.11.20, 18:00 – 20:00 Uhr, Virtueller Technik-Gesprächskreis des BVN, an dem auch PRO RETINA-Mitglieder teilnehmen dürfen

Am diesem Abend geht es um den Messenger „WhatsApp“, den wohl schon eine Reihe von Euch auf ihrem Smartphone installiert hat. Aber auch diejenigen, die kein Smartphone oder iPhone besitzen, können „WhatsApp“ auf ihrem PC installieren, um dann Nachrichten mit ihren Freunden und Bekannten austauschen zu können. In dieser Telefonkonferenz erfährt man, wie man „WhatsApp“ im Browser starten oder auf dem Desktop-PC installieren kann. Außerdem geht es um die Frage, wie gut „WhatsApp Web“ mit Screenreadern bedienbar ist. Die Zugangsdaten werden allen, die sich spätestens bis zum 03.11.20 dafür angemeldet haben, rechtzeitig mitgeteilt. Anmeldungen nimmt Heinz Linnemann entweder unter heinz.linnemann@iscb.de oder telefonisch unter (05 11) 2 62 16 37 entgegen.

Samstag, 07.11.20, 12:00 – ca. 17:30 Uhr, sehbehindertengerechte Führung durch das Museum für textile Kunst in Hannover-Kirchrode – ERNEUT VERSCHOBEN!

Schon am 14. März wollten wir eine sehbehindertengerechte Führung durch dieses Museum machen, die leider Corona-bedingt abgesagt wurde. Gleiches gilt für den zweiten Versuch am 07.11.20. Da derzeit noch nicht vorhergesagt werden kann, wie sich die Lage in den nächsten Monaten entwickelt, habe ich noch keinen neuen Termin ausgemacht. Ich hoffe aber, dass es 2021 endlich möglich ist. Wie heißt es so schön: Aller guten Dinge sind drei. Sowohl auf unserer regionalen Homepage, als auch hier im Newsletter werde ich darüber frühzeitig informieren. Das Interesse war jedenfalls recht groß.

Freitag, 27.11.20, ab 16:00 Uhr, Blickwechsel der Petri-Kirche Hannover-Kleefeld als Telefonkonferenz-Konzert

Aufgrund der aktuellen Lage wird auch dieser Blickwechsel für blinde und sehbehinderte Menschen als Telefonkonferenz durchgeführt. Diesmal kann man ein Konzert der Künstler/innen der Yehudi-Menuhin-Stiftung „Live Music Now“ genießen. Alle, die sich dieses Konzert nicht entgehen lassen

möchten, sollten sich dafür vorab bei Pastor Andreas Chrzanowski anmelden und bekommen dann auch die Einwahldaten für die Telefonkonferenz. Telefonisch ist er unter (05 11) 80 60 99 03 oder per Mail an pastor@blindenseelsorge.org zu erreichen.

Donnerstag, 03.12.20, 18:00 – 20:00 Uhr, Virtueller Technik-Gesprächskreis des BVN, an dem auch PRO RETINA-Mitglieder teilnehmen dürfen

An diesem Abend können Angemeldete bis spätestens zum 20.11.20 Fragen zu allen technischen Hilfsmitteln für blinde und sehbehinderte Menschen stellen. Damit sich Heinz Linnemann und Michael Kuhlmann rechtzeitig darauf vorbereiten können, sollten diese möglichst bald an sie gestellt werden. Heinz erreicht Ihr unter heinz.linnemann@iscb.de oder telefonisch unter (05 11) 2 62 16 37, Michael unter hallo-michael@web.de oder telefonisch unter (05 11) 3 35 51 13. Die Zugangsdaten zum Technik-Gesprächskreis werden allen Angemeldeten rechtzeitig mitgeteilt.

Samstag, 05.12.20, 12:00 – 16:00 Uhr, Hannover, Treffen vom Freundeskreis Selbsthilfe in weihnachtlicher Atmosphäre

Derzeit ist noch nicht klar, ob dieses Treffen stattfinden kann, da man schlecht abschätzen kann, wie sich die Lage und die Bestimmungen weiterentwickeln. Im November dürfen die Restaurants leider nicht öffnen. Ab Anfang Dezember ist dies hoffentlich wieder möglich (falls viele Lokale dann nicht schon pleite sind). Sollte es s dann zumindest wieder so sein wie jetzt, könnten wir uns gegen 12 Uhr vor dem Hauptbahnhof Hannover treffen und dann zum Lokal „Bavarium“ gehen. Dort könnten wir an Vierertischen mit dem vorgeschriebenen Abstand sitzen, essen und uns in hoffentlich gemütlicher, vorweihnachtlicher Atmosphäre unterhalten und das Essen genießen. Falls es dann einen, wohl abgespeckten, Weihnachtsmarkt in Hannover geben sollten, können die Interessierten anschließend darüber schlendern und vielleicht einen Glühwein trinken. Im Laufe des Nachmittags ginge es dann zum Hauptbahnhof zurück. Hierzu kann man sich vorsorglich schon einmal bei Christian Schulte unter der Mail-Adresse christian.schulte.ri@t-online.de oder telefonisch unter (0 57 51) 7 63 04 anmelden. Über alles Weitere werdet Ihr dann informiert.

Freitag, 11.12.20, ab 15:00 Uhr, Hannover, Adventsfeier in der Petri-Kirche in Hannover-Kleefeld

Voraussichtlich erlaubt es die große Petri-Kirche, die Adventsfeier im vorgeschriebenen Abstand durchzuführen. Um alles vorab gut organisieren zu können, bittet Pastor Chrzanowski um rechtzeitige Voranmeldungen, und zwar telefonisch unter (05 11) 80 60 99 03 oder per Mail an pastor@blindenseelsorge.org Falls die Maßnahmen weiterhin so strengen gehandhabt werden, kann sich das Treffen in eine Telefonkonferenz verändern. Informationen dazu bekommt man entweder bei Pastor Chrzanowski oder auf der Homepage www.blindenseelsorge.de

Samstag, 19.12.20, 9:55 – 17:50 Uhr, Bielefeld, sehbehindertengerechte Führung durch die Dr. Oetker-Welt - MUSS LEIDER SCHOBEN WERDEN

Aufgrund der aktuellen Corona-Situation wurde auch diese Besichtigung nun schon zum zweiten Mal abgesagt. Auch hier habe ich noch keinen neuen Termin vereinbart. Ich hoffe, dass es im nächsten Jahr klappt. Das Interesse daran war jedenfalls sehr hoch. Weitere Infos dazu folgen hoffentlich in den nächsten Monaten.

Donnerstag, 07.01.21, 18:00 – 20:00 Uhr, Virtueller Technik-Gesprächskreis des BVN, an dem auch PRO RETINA-Mitglieder teilnehmen dürfen

Ende 2020 bringt Apple das neue Betriebssystem IOS14 für iPhones heraus. Gegenüber der Vorgängerversion gibt es einige Neuerungen, über die die Angemeldeten an diesem Abend ausführlich informiert werden. Spätestens bis zum 05.01.21 sollte man sich dafür anmelden, und zwar bei Michael Kuhlmann unter hallo-michael@gmx.de oder telefonisch unter (05 11) 3 35 51 13. Die Zugangsdaten zu dieser Telefonkonferenz werden allen Angemeldeten rechtzeitig mitgeteilt.

Freitag, 29.01.21, ab 16:00 Uhr, Blickwechsel der Petri-Kirche in Hannover/Kleefeld vermutlich als Telefonkonferenz

Das Thema dieses Blickwechsels für blinde und sehbehinderte Menschen steht derzeit noch nicht fest. Man kann dies aber rechtzeitig bei Pastor Andreas Chrzanowski erfragen und erhält dann auch die Einwahldaten für die Telefonkonferenz. Erreichbar ist er unter (05 11) 80 60 99 03 oder per Mail an pastor@blindenseelsorge.org

Unsere Fahrt nach Bad Oeynhausen mit toller, sehbehindertengerechter Führung durch die Kuranlagen am 15.08.20

von Christian Schulte

An diesem Samstag gab es wieder ein gemeinsames Treffen der Hannoveraner und Bielefelder Regionalgruppe. Um kurz vor 11:00 Uhr versammelten sich alle Teilnehmenden aus der Region Hannover vor dem dortigen Hauptbahnhof bei zeitweise regnerischem Wetter.

Gemeinsam gingen sie zum Regionalzug, in den ich um 11:44 Uhr bei leichtem Sonnenschein in Bückeburg zustieg. Als wir um kurz nach 12 Uhr in Bad Oeynhausen (Ostwestfalen, Landkreis Minden-Lübbecke) ausstiegen, regnete es leider wieder ein bisschen. Die Teilnehmenden aus der Region Bielefeld waren schon kurz zuvor eingetroffen und warteten vor dem Bahnhof.

Nachdem wir uns begrüßt und ich die einzelnen Personen vorgestellt hatte, führte uns Udo Vorndamm durch die Innenstadt zum Hotel/Restaurant „Westfälischer Hof“. Hier hatte ich für die Gruppe Plätze reserviert. Es dauerte eine Weile bis die Getränke- und Essensbestellungen aufgenommen wurden. Die Zeit überbrückten wir mit interessanten Gesprächen. Die Gerichte schmeckten, soweit ich gehört habe, allen gut. Es traf dann noch ein erblindetes Paar aus Bad Oeynhausen ein. Insgesamt nahmen 17 sehbehinderte Menschen und ihre Begleitungen am Essen teil, 16 an der anschließenden Führung durch die Kuranlagen.

Da der Gästeführer Christian Barnbeck auch erst später als verabredet (14:00 Uhr) beim Lokal eintraf, konnten alle in Ruhe essen und bezahlen. Der Stadtführer ging mit uns wieder einen Großteil des Weges zurück, den wir gekommen waren, diesmal allerdings bei strahlendem Sonnenschein und in der Sonne mindestens 30 Grad Celsius. Dieses Wetter hielt dann bis zum Ende unseres Besuchs an, auch wenn es für manche wohl etwas zu schwül-heiß war. Während der Besichtigung kamen wir aber immer wieder an schattige Plätze.

Die eigentliche Führung startete vor einem historischen Badehaus, welches sehr edel aussieht. Es liegt am nördlichen Rand des Kurparks. Christian Barnbeck erzählte zunächst etwas zur gar nicht so langen Stadtgeschichte. Die eigentliche Stadtgründung fand erst im Jahr 1860 durch König Friedrich-Wilhelm IV von Preußen statt, zu dem dieses Gebiet zu der Zeit gehörte. Dörfer, die heute Stadtteile von Bad Oeynhausen sind, wurden aber schon im 8. und 9. Jahrhundert erwähnt.

Auf dem Gebiet der heutigen Innenstadt und des Kurparks waren lange Wiesen und Ackerflächen. Mitte des 18. Jahrhunderts entdeckte ein Bauer, dass ein im Schlamm sudelndes Schwein auch Salz im Fell hatte. Also vermutete man hier Salzvorräte. Diese befanden sich aber ca. 700 Meter unter der Erdoberfläche. Zunächst bohrte man nach Salz und verkaufte es anschließend. Der Berghauptmann Karl von Oeynhausen stieß bei Bohrungen 1839 plötzlich auf eine Thermalheilquelle. Christian Barnbeck erklärte uns, dass vor vielen tausend Jahren durch Erdverschiebungen infolge von Hitze- und Kältephasen größere Erdbewegungen stattgefunden haben. Hierdurch entstanden aber auch Risse im Boden. Dadurch ist Regenwasser, angereichert durch Salz und Eisen im Boden, in tiefe Erdschichten gelangt. Mit Hilfe von Kohlensäure schoss dieses Heilwasser durch die Bohrlöcher nach oben, also als Quelle. Diese befindet sich mitten im heutigen Kurpark. Wir gingen später noch daran vorbei.

Um die Quelle herum wurde dann der Kurpark mit zahlreichen Badehäusern und sonstigen Einrichtungen, wie auch Kliniken und Pensionen gebaut. Gastronomie, Geschäfte und Wohnhäuser entstanden. Anders als in anderen, viel älteren Städten, gibt es in Bad Oeynhausen

keinen zentralen Marktplatz mit historischer Kirche oder Fachwerkhäusern. Mit den Ortsteilen zusammen hat die Stadt knapp 50.000 Einwohner/innen. Benannt wurde sie nach dem Entdecker der Thermalquelle, Karl von Oeynhausen. Von ihm gibt es vor dem Badehaus, in welches wir als erstes gingen, ein Denkmal, das wir ertasten durften.

Der Gästeführer erklärte uns nicht nur hier sehr gut das Aussehen des Badehauses. Es wurde im griechischen Architekturstil errichtet und war ganz im weiß. Links und rechts des etwas nach vorne gezogenen Eingangs gibt es jeweils einen Gebäudeflügel. Beide zeigen ebenfalls nach vorne, sodass eine Art Innenhof wahrnehmbar ist. Über einen leicht ansteigenden Weg gelangten wir in den Mittelteil des Badehauses. Bad Oeynhausen war übrigens 1875 die erste deutsche barrierefreie Stadt. Im Gebäude war es zwar kühler, aber wir mussten hier eine Maske tragen. Auf dem Boden konnten alle, die noch etwas sehen, ein schönes Mosaik bewundern. Die Wände waren hell. Während der britischen Besatzung wurden hier leider etliche Heiligenfiguren zerstört. Über uns war eine fast 20 Meter hohe Kuppel aus Glas. Im Raum hallten die Stimmen sehr. Durch eine Tür traten wir in einen früheren Warteraum für die Kurgäste. Die Wand zum Kurpark ist sehr schön bemalt und vermittelt den Eindruck, als ob man durch ein Fenster in einen griechischen Garten schaut.

Christian Barnbeck berichtete, dass sich in früheren Jahrhunderten nur Adelige und gut betuchte Menschen eine Kur leisten konnten. Bad Oeynhausen war wohl eines der Bäder, welches vor allem den „normalen“ Bürger/innen offenstand. Viele waren schwer krank und wurden im Rollstuhl zu den Anwendungen geschoben. Es kamen aber auch Leute mit Schuppenflechte, Tuberkulose und psychischen Erkrankungen. Der Gästeführer sagte, dass es damals auch schon Burn-out-Erkrankte gegeben habe, nur nicht so viele und es hätte anders geheißen. In Bad Oeynhausen hat man von Anfang an auf die ganzheitliche Behandlung gesetzt, da viele Erkrankungen aufgrund von psychischen Problemen und Stress zurückzuführen sind. Sehr bekannt ist Bad Oeynhausen heute durch seine Herz- und Diabetesklinik, in der auch schon Udo Lindenberg nach einem Herzinfarkt behandelt wurde.

Wir verließen das Badehaus, in deren Seitenflügeln heute keine Behandlungen mehr durchgeführt werden, durch einen Ausgang zum Kurpark. Hierin befinden sich neben vielen Rasenflächen und gut ausgebauten Wegen auch viele alte Bäume aus ganz vielen Ländern, Die seien um die 170 Jahre alt. so zum Beispiel Platanen und einen Küstenmammutbaum, dessen Rinde sehr weich ist. Auch die anderen Bäume konnten wir ertasten und so einen Eindruck davon gewinnen, wie dick ihre Stämme sind. Angelegt ist ein Großteil des Parks im englischen Landschaftsstil, also mit verschlungenen Wegen und keinen geraden Anordnungen, wie zum Beispiel in den Herrenhäuser Gärten. Ein Teil des Parks, den wir später durchschritten, und der zum Kurhaus führt, erinnert

aber auch an diesen Stil. In einigen Bereichen sieht man auch schöne Rosen und anderen bunte Blumen.

Die meisten Gebäude sind entweder an den griechischen, französischen oder italienischen Architekturstil angelehnt. Christian Barnbeck erläuterte, dass hier viele europäische Baukunst zusammenkomme und auch alle Epochen der Baukunst seit dem Mittelalter erkennbar sind. Wir gingen an einer Wandelhalle entlang, in der gerade ein Kurkonzert stattfand und dann zu einem weiteren Badehaus, welches noch in Betrieb ist. Hier mussten wir wieder unsere Masken aufsetzen und wurden in den farbenfroh gestalteten Empfangsraum geleitet, der ebenfalls eine hohe Kuppel hat. Wir durften sogar in kleinen Gruppen einen Behandlungsraum mit einer tiefen Badewanne betreten. Christian Barnbeck leitete unten etwas Heilquellwasser ein. Da hörte man wie es ganz schön sprudelte durch die Kohlensäure und dem Druck der in der Quelle herrschte. Wir durften mit dem Finger hineinfassen und ihn ablecken. Es schmeckte salzig, aber auch etwas nach Eisen und anderen Mineralien. In den anderen Zimmern entdeckte ich meist Massageliegen.

Im Kurpark gibt es auch diverse Wasserspiele, das größte vor dem Kurhaus, welches wir aber nicht aus der Nähe sahen. Wir gingen stattdessen vor das Kurtheater, welches zu normalen Zeiten 500 Zuschauende fasst. Hier startete übrigens Theo Lingen seine Karriere und entdeckte sein Talent für komische Rollen. Jetzt war es 16:30 Uhr und die sehr interessante Führung fast zu Ende. Christian Barnbeck machte noch einige Fotos von uns und bekam abschließend einen Riesenapplaus. Dies war seine erste sehbehindertengerechte Führung, und er hatte viele meiner Anregungen aus dem Vorgespräch umgesetzt, was bei allem sehr gut ankam. Zum Schluss brachte er uns noch zum Eiscafé „Cordella“ in der Nähe des Bahnhofs, in dem ich Tische im Außenbereich für uns bestellt hatte.

Manche gingen schon zum Bahnhof zurück, wir anderen ließen uns auf den Stühlen nieder und genossen im Sonnenschein ein schönes kühles Getränk oder einen erfrischenden Eisbecher. Um etwa 17:45 Uhr ging ich mit den meisten aus der Region Hannover zum Bahnhof zurück. Der Zug kam pünktlich und wir fuhren glücklich, aber wegen des Klimas auch etwas erschöpft nach Hause zurück.

Gemeinsame Stadtführung in Hameln mit der Bielefelder Gruppe am
29.08.20

von Christian Schulte

Diese sehbehindertengerechte Stadtführung in der schönen Rattenfängerstadt Hameln im Weserbergland wurde von Matthias Töpler organisiert. Aber auch Interessierte aus der Regionalgruppe Hannover durften daran teilnehmen. Bezahlt wurde sie aus der Vereinskasse der Bielefelder Gruppe.

Da ich in Rinteln, welches ebenfalls im Weserbergland liegt (rund 25 Kilometer von Hameln entfernt), stieg ich um 13:10 Uhr dort in den Regionalzug ein, in dem schon fast alle aus der Bielefelder Gruppe Platz genommen hatten. Während der Fahrt durch das Weserbergland zeigte ich denjenigen, die noch etwas sehen konnten, einige Sehenswürdigkeiten, an denen wir vorbeifuhren, wie zum Beispiel den mit fast 50 Metern höchsten Kirchturm dieser Gegend im Rintelner Ortsteil Steinbergen, die Schaumburg und die darüber auf dem Bergkamm liegende Paschenburg. Ich wies auf die Berge südlich der Weser hin, die schon an Nordrhein-Westfalen grenzen. Sie sind bis zu 370 Meter hoch.

In Hannover begrüßte die gut sehende und sehr hilfsbereite Julia Jander die dortigen Teilnehmenden am Erst-August-Denkmal vor dem Hauptbahnhof und führte sie zu dem Gleis, wo um 12:55 Uhr die S-Bahn nach Hameln abfuhr. Dort konnte ich sie dann um 13:40 Uhr am Gleis in Empfang nehmen. Zusammen gingen wir zu den Wartenden aus der Bielefelder Gruppe im Bahnhofsgebäude.

Bei bestem Wetter (heiter bis wolkig und ca. 20 Grad warm) führte ich die Gruppe dann vom im Südosten der Stadt liegenden Bahnhof zur Touristik-Information, wo um 14:00 Uhr die Stadtführung starten sollte. Es ist ein gut ein Kilometer langer Fußweg. Die Touristik-Information ist ein mehrstöckiges Glasgebäude, welches an der Kreuzung vielbefahrener Straßen liegt. Dort warteten schon Andrea Kölle-Wellbrink und ihr Mann Uwe, die direkt mit dem Auto aus Bad Münster nach Hameln gefahren waren. Auch der Stadtführer saß schon auf einer Bank vor dem Gebäude und nahm zunächst alle unsere Namen, Adressen und Telefonnummern auf. Aus der RG Hannover waren neun Interessierte dabei, aus der RG Bielefeld sieben, also insgesamt 16 Personen. Diese Prozedur nahm fast 20 Minuten Zeit in Anspruch. Zum Glück reichte es bei der zwei Wochen zuvor stattgefundenen Führung durch Bad Oeynhausen, dass ich meine Kontaktdaten hinterlegte. Leider mussten wir in Hameln auch die ganze Zeit unsere Masken tragen, obwohl wir kein Gebäude betraten.

Nachdem all dies erledigt war, konnte die Führung beginnen. Eine Teilnehmerin aus Hannover sagte, dass sie von einer Rattenfängerampel gehört habe, die sie gerne sehen möchte. Der Stadtführer Werner Berlitz führte uns ein Stück an der vielbefahrenen vierspurigen Straße entlang zu dieser Ampel. Sobald die Fußgängerampel über diese Straße „Grün“ anzeigte, konnten alle, die noch einigermaßen gut sehen konnten, dort eine grüne Rattenfängerfigur erkennen. Sie musste aufwendig beantragt

werden. Erst als es in Emden die „Otto-Ampel“ gab, hat man sie genehmigt. Es ist die einzige in der Rattenfängerstadt.

Auf der anderen Seite dieser großen Straße beginnt die historische Altstadt von Hameln. Sie ist inzwischen fast vollständig verkehrsberuhigt. Zunächst gingen wir ein Stück die Osterstraße entlang. Sie hat allerdings nichts mit Ostern zu tun, sondern war die Verbindung zum Osttor in der ehemaligen Stadtmauer. Hier steht auch das etwa 400 Jahre alte Rattenfängerhaus. Es wurde aus beigefarbenen Obernkirchener Sandstein errichtet. Herr Berlitz sagte in diesem Zusammenhang, dass sogar das Weiße Haus in den USA aus dem Sandstein im Landkreis Schaumburg sei und nur weiß gestrichen wurde. Handwerker und Künstler hatten damals aufwendig Muster in den Sandstein des Rattenfängerhauses eingearbeitet. Wir konnten dies sehr gut ertasten.

Jetzt ging es zum Rattenfängerbrunnen. Er steht vor dem ehemaligen großen, schönen Postgebäude, welches heute von der Deister-Weser-Zeitung (Dewezet) genutzt wird. Zu einem Jubiläum hatte diese den Brunnen gestiftet. Unten sah man den eigentlichen Brunnen, auf dem Steinboden darüber war eine Rattenfängerfigur platziert, die ein Blasinstrument vor dem Mund hatte. Da ich relativ groß bin und lange Arme habe, sagte der Stadtführer, dass ich mal den Steinboden unter der Figur ertasten solle. Hier konnte ich die Form einer Ratte fühlen. Herr Berlitz fragte, ob wir die Sage vom Rattenfänger kennen würden, was fast alle bejahten. Damals soll dieser die Menschen in Hameln von einer schrecklichen Rattenplage befreit haben. Als er dann den Lohn dafür forderte, wollte man ihm den nicht zahlen. Deshalb kam er mit seinem Blasinstrument zurück und lockte damit die Kinder der Stadt fort. Der Sage nach wurden sie nie mehr gesehen. Herr Berlitz sagte, dass in früheren Jahrhunderten Gebiete in Böhmen besiedelt werden sollten. Deshalb warb man dafür auch in Hameln junge Menschen an, damit sie sich dort niederließen. Dies könnte zu dieser Sage geführt haben, ist aber nicht bewiesen.

Als Nächstes kamen wir zu einem Haus, welches wie ein Backsteinhaus aussah. Beim Ertasten merkten wir, dass diese Steine nur aufgemalt waren, da sich der Beton glatt anfühlt. Zu der Zeit gab es keine Ziegelei in Hameln. Vor diesem Haus war eine Rattenfängerfigur zu sehen, die wir bei unserer letzten Führung im Sommer 2012 auch ertastet hatten. Ich schlug dies auch Herrn Berlitz vor, der aber nicht darauf einging.

Stattdessen führte er uns zum Hochzeitshaus, in dem sich heute das Standesamt befindet. Zu der Zeit fand dort eine Hochzeit statt, sodass die Glocken länger laut läuteten. So konnten wir den Stadtführer, der keine kräftige Stimme hatte, eine Maske trug und Teilnehmenden oft den Rücken zudrehte, gar nicht mehr verstehen und er musste eine Pause machen.

Das Hochzeitshaus liegt mit der danebenstehenden Marktkirche (St. Nicolai) direkt am Marktplatz, welcher früher ein Pferdemarkt war. Hier fand immer der Weihnachtsmarkt statt (ob im diesem Jahr auch ist noch nicht sicher). Herr Berlitz sagte, dass die Stadt ihre Rechte im Jahr 1200 bekommen habe. Dazu musste sie einen Marktplatz, ein Rathaus und eine Kirche vorweisen.

Nachdem wir das Hochzeitshaus hinter uns gelassen hatten, kamen wir zu einer Metallplatte, auf der alle Gebäude der Altstadt in Miniaturformat zum ertasten platziert sind. So bekamen Erblindet einen Eindruck davon, wie die Bauwerke etwa aussehen und wie sie angeordnet sind. Von der Bäckerstraße aus bogen wir in eine kleinere Gasse ab, die zur Weser im Westen der Stadt führt. So weit gingen wir allerdings nicht. Beim Lokal „Die Badewanne“ (war früher ein Badehaus für gut Betuchte, die einfachen Bürger/innen mussten in der Weser baden) bogen wir in eine noch schmalere Gasse ab. Links und rechts des Weges stehen sehr viele schöne Fachwerkhäuser, die oft schon etliche hundert Jahre alt sind, da während der Kriege wenig zerstört wurde. Leider ging Herr Berlitz nicht näher darauf ein und ließ auch keine Fassade ertasten.

Schon nach relativ kurzer Zeit waren wir wieder in der Bäckerstraße und beim Lokal „Paulaner im Rattenhaus“, in dem Matthias Töpler auf meine Empfehlung hin Tische für uns reserviert hatte. Es ist übrigens das älteste Restaurant der Stadt. Herr Berlitz verabschiedete sich nun nach einer etwa einstündigen Stadtführung, die eigentlich 90 Minuten hätte dauern sollen, von uns und wünschte noch einen schönen Aufenthalt in Hameln.

In dem Raum, in dem wir aßen, waren die Wände mit schönen Kacheln gefliest. An der Decke hing ein Kronleuchter. Das Essen schmeckte allen sehr gut und wir konnten uns gut unterhalten und teilweise andere nette Menschen mit einer Seheinschränkung kennenlernen.

Gegen 16:50 Uhr führte ich die Gruppe durch die Altstadt und die Deisterallee wieder zurück zum Bahnhof. Die Teilnehmenden aus der Bielefelder Gruppe und ich schafften gerade noch den Zug, der um 17:20 Uhr startete und nur stündlich fährt. Julia führte alle aus Hannover wieder zum Gleis der S-Bahn, wo wenig später der Zug losfuhr. So kamen alle wieder gut nach Hause, egal ob dies in Rheda-Wiedenbrück oder Hannover war. Von der Stadtführung hatten sich einige mehr versprochen, allerdings war es schön, sich zu treffen und das Wetter hat auch gut mitgespielt, sodass es unterm Strich ein schöner Tag für uns war.

[Bericht über die sehbehindertengerechte Wild- und Heilkräuterführung an den Annateichen am 06.09.20](#)

von Christian Schulte

An diesem Sonntagmittag trafen sich bei bestem Wetter (meistens sonnig und nicht zu heiß und zu kalt) einige Menschen mit einer Sehbehinderung und die Diplom-Biologin Sieglinde Fink vor dem Hauptbahnhof Hannover am Ernst-August-Denkmal. Da der Mobilitätstrainer kurzfristig ausgefallen war, hatte Sieglinde einige Freundinnen als Begleiterinnen engagiert, aber auch die geschulte Blindenführerin Julia Jander war dabei.

Nachdem wir uns begrüßt und etwas ausgetauscht hatten, ging es durch die Fußgängerzone zu Haltestelle am Kröpcke. Von hier fuhren wir mit der Stadtbahn zur Haltestelle „Annastift“, wo wir pünktlich um 13:50 Uhr ankamen. Einige blinde und sehbehinderte Teilnehmende, die in der Nähe wohnen, waren schon dort bzw. kamen wenig später. Mit Sieglinde nahmen 13 Personen an der Natur-Erlebnisführung teil. Das Gebiet um die Annateiche liegt im Stadtteil Kirchrode, also eher im Südosten von Hannover.

Wir gingen an der Klinik Annastift vorbei in einen Park, der zu den Annateichen führt. Die Wege sind dort recht breit und ebenerdig, sodass einige sehbehinderte Menschen dort ohne Begleitung gehen konnten. Auf dem parkähnlichen Gelände gibt es teils genähte Rasenflächen, aber zum großen Teil Wildkräuterwiesen. Ebenfalls stehen hier viele größtenteils recht alte Bäume und diverse Büsche.

Zunächst führte uns Sieglinde zu einem Strauch mit Kornelkirschen. Einige dieser Früchte waren schon reif und schmeckten süß. Wir durften sie pflücken und kosten. Nicht nur hier, sondern auch bei vielen anderen Büschen und Bäumen konnten wir zudem die Blätter und teils auch die Stämme ertasten. Auf einer angrenzenden Wildkräuterwiese wuchs unter anderem auch Minze, die wir ebenfalls ertasten und riechen durften. Sie hilft gut bei Erkältungen.

Schon bald kamen wir an den ersten Annateich, der durch einen Durchlass unter einem Fußweg in den zweiten Teich übergeht. Aufgrund der Größe würde ich die Teiche eher als Seen bezeichnen. Die Wasserqualität scheint gut zu sein und es schwammen Fische und Enten darin. Auf unserem Weg am Ufer entlang stießen wir mit Hilfe von Sieglinde auf viele interessante Pflanzen, Büsche und Bäume, von denen wohl nicht nur ich teilweise noch nichts gehört hatte oder zuvor etwas achtlos daran vorbeigegangen war. Aus Nordamerika eingeführt war die Goldroute, eine gelb blühende Pflanze, die wir wieder riechen, ertasten und wenn möglich sehen konnten.

Am Ufer befinden sich auch zahlreiche Pappeln mit sehr dicken Stämmen, aber auch Weiden. Beide fühlen sich in feuchten Böden sehr wohl und wachsen recht schnell. Viele Weiden werden regelmäßig über dem Hauptstamm „geköpft“, damit wieder neue Äste austreiben. Aus den abgesägten Ästen wurden früher Weidenkörbe geflochten. Auf dem weiteren Weg um den Teich herum kamen wir an zahlreichen weiteren

Pflanzen vorbei. Sieglinde informierte immer, gegen welche gesundheitlichen Beschwerden sie jeweils wirken. Oft sind die Kräuter beruhigend, manchmal helfen sie bei (Zahn)schmerzen, Erkältungen und Magen/Darmproblemen. Für uns grub Sieglinde sogar eine Meerrettich-Pflanze mit der Wurzel aus. Diese roch sehr intensiv. Auch kamen wir an Taubnesseln vorbei, deren Nektar Bienen als Nahrung dient. Aber auch Menschen können an den Blüten lutschen und den süßen Nektar schmecken.

Am Ufer der Teiche steht auch viel indisches Springkraut. Es ist recht hoch und blüht rosa. Einige der Blüten waren schon vergangen. Wenn man die kleine Frucht dann mit den Fingern zusammendrückt, springt der Samen weit heraus. Daher hat diese Pflanze ihren Namen. Naturschützer/innen sind über diese Pflanze nicht so glücklich, da sie schnell wächst und sich durch den Samen rasch verbreitet. Auf diese Weise unterdrückt sie andere, heimische Pflanzen.

Auf dem Gelände stehen auch diverse Eichen, die ihre Eicheln teilweise schon abgeworfen hatten. Wir gingen darüber und konnten sie später auch ertasten. Man kann Kaffee aus dem Inhalt herstellen, in erster Linie dienen sie aber Wildschweinen und Eichhörnchen als Nahrung. Bald kamen wir zu einer größeren Linde mit einer Holzbank um den Stamm, auf der sich einige niederließen. Man konnte nicht nur den Stamm ertasten, sondern auch die herzförmigen weichen Blätter ertasten und die Früchte schmecken.

Jetzt war es nicht mehr weit bis zum Restaurant „Alte Mühle“, wo Sieglinde im Außenbereich Tische unter Sonnenschirmen für uns reserviert hatte. Auf dem Fußweg dorthin konnten wir rechts eine stehende Windmühle auf einer kleinen Anhöhe sehen. Das Gebäude des historischen Lokals sah aus, als wäre hier früher Korn und Mehl gelagert worden. Auch viele andere Gäste saßen dort, sodass es etwas dauerte, bis unsere Bestellungen (meistens Kaffee und Kuchen) aufgenommen und serviert wurden. Wie ich gehört habe, schmeckte es vielen gut und wir konnten uns teilweise mit Menschen austauschen, die wir zuvor noch nicht kannten. Auch viele vom Blindenverband Niedersachsen (BVN) hatten dort von dieser sehbehindertengerechten Wild- und Heilkräuterführung gehört und sich bei mir angemeldet.

Nachdem wir uns gestärkt hatten, verabschiedeten sich zwar schon einige, wir anderen starteten aber zum zweiten Teil der Führung. Hierbei entdeckten wir unter anderem das Mädesüß, den Alant mit großen Blättern und schönen Blüten und auf einer Wiese dem Baldrian, der vielen zur Beruhigung dient. All diese Pflanzen stehen am zweiten Annateich.

Da es inzwischen schon etwa 18:15 Uhr geworden war, gingen wir jetzt am Ufer zurück. Kurz bevor wir wieder Richtung Stadtbahnhaltestelle

gingen, genossen wir noch einmal die tief stehende Abendsonne, die über den großen Teich schien. Während der ganzen Tour hatte ich nicht den Eindruck, dass wir in einer Großstadt sind. Abgesehen von dem Geräusch gelegentlich vorbeifahrender Züge war es zudem angenehm ruhig, auch wenn außer uns noch zahlreiche andere Menschen das Naherholungsgebiet nutzten. Allen hat diese Erlebnistour für alle Sinne gut gefallen und Sieglinde hat es geschafft, auch nicht sehenden Menschen die Natur mithilfe anderer Sinne gut nahezubringen.

Glücklich, aber teils etwas erschöpft, fuhren die meisten von uns dann mit zwei Stadtbahnlinien zurück zum Hauptbahnhof, wo wir um kurz vor 19:00 Uhr ankamen. Ich finde es immer wieder gut und bereichernd, dass die Stadt Hannover solche Angebote für sehingeschränkte Menschen ermöglicht und finanziert.

Bericht vom Regionalgruppentreffen am 12.09.20 in Hannover

von Christian Schulte

Aufgrund der geltenden Corona-Regeln musste das diesjährige Treffen der Regionalgruppen Hannover und Nienburg vom 21.03.20 auf den 12.09.20 verschoben werden. Auch hierbei beachteten wir die aktuellen Abstands- und Hygieneregeln. Deshalb konnten nicht so viele Interessierte wie sonst teilnehmen. Ursprünglich hatten sich 25 Menschen angemeldet, von denen dann 20 teilnahmen, dazu kamen zwei Referierende. Zum Glück war es an diesem Samstag sonnig und angenehm warm, sodass wir die ganze Zeit einige Fenster geöffnet lassen konnten.

Als Regionalgruppenleiter war ich froh, dass zwei der drei für den 21. März eingeplanten Referierenden wieder zugesagt hatten. Mit einigen anderen war ich schon kurz nach 10:30 Uhr am Veranstaltungsort, dem Central-Hotel Kaiserhof am Ernst-August-Platz unweit des Hauptbahnhofs. In zwei zusammenhängenden Sälen konnte ich die Ankommenden begrüßen. Das Info-Material, welches Manfred Bressel, der sich zu dieser Zeit im Urlaub befand, vorab dort abgestellt hatte, legte ich auf einem Tisch aus. Der Herr, der für den Service zuständig war, zeigte sich sehr kooperativ. Während wir auf unseren Plätzen saßen mussten wir keine Maske tragen.

Nachdem er die Getränkewünsche aufgenommen und serviert hatte, konnte ich um kurz nach 11:00 Uhr die Anwesenden begrüßen und einige einleitende Sätze sagen. Pünktlich um 11:15 Uhr begann Frau Dr. Christina Jacobsen, die als Assistenzärztin an der Augenklinik der Medizinischen Hochschule Hannover arbeitet, mit ihrem Vortrag über Netzhauterkrankungen. Während ihres gut verständlichen Vortrags zeigte sie via Beamer die dazu passenden Bilder auf einer Leinwand.

Eingangs schilderte sie, dass für 40 Prozent der Erblindungen hierzulande die Altersabhängige Makula-Degeneration (AMD) verantwortlich ist. Sieben Prozent der Erblindeten haben Retinitis Pigmentosa (RP) im Endstadium (nicht alle, die diese Krankheit haben, erblinden). Insgesamt gesehen konnte der Anteil der Erblindungen in den letzten Jahren deutlich gesenkt werden. Dies liegt vor allem an der besseren und frühzeitigeren Behandlung von der feuchten Form der AMD, des Grünen Stars und der Diabetischen Retinopathie.

Dann ging Frau Dr. Jacobsen ausführlich auf die einzelnen Formen der Netzhautdystrophien ein. Meinem vorhergehenden Wunsch entsprechend ließ sie auch die juvenilen Formen der MD hierbei nicht außer Acht (wie ich dies schon bei Vorträgen anderer Referierender erlebt habe). Die meisten dieser „Juvis“ haben Morbus Stargardt. Hier lässt die Sehschärfe oft schon im Kindes- und Jugendalter gerade in der Mitte des Gesichtsfelds deutlich nach. Bei anderen ist das aber erst mit etwa 40 Jahren der Fall. Vererbt wird die Erkrankung, da sowohl Mutter, als auch Vater jeweils ein defektes Gen haben, welche dann beim Kind zusammenkommen, sodass die Augenkrankheit ausbricht. Da die giftigen Rückstände von Vitamin A nicht aus der Netzhaut geschwemmt werden, führen sie nach und nach zur Zerstörung der Zapfen, die für das Scharfsehen verantwortlich sind. Inzwischen werden Medikamente in einigen Studien getestet, die diese Rückstände schnell hinausschwemmen, sodass sie keine Schäden hervorrufen können. Zerstörte Zapfen können leider nicht wieder regeneriert werden.

Als Nächstes ging sie auf die Zapfen-Stäbchen-Dystrophie ein. Hierbei können sowohl die Zapfen, als auch die Stäbchen absterben. Dies führt auch zu Gesichtsfeldausfällen. Auch hier versucht man, durch hoffentlich bald verfügbare Medikamente die Krankheit zumindest aufzuhalten. Diese Stoffe werden mittels Viren in die Netzhaut geschleust. Auch die Krankheit LHON gehört zu den juvenilen Makula-Dystrophien. Davon betroffen sind in erster Linie junge Männer. Innerhalb kürzester Zeit kommt es dabei zu einer erheblichen Sehverschlechterung, da Teile der Netzhaut nicht mehr mit Nährstoffen versorgt wird. Auch hierbei testet man gerade Medikamente, die die Krankheit aufhalten.

Bei der RP sterben nach und nach die Stäbchen in der Netzhaut ab, die für das räumliche Sehen verantwortlich sind. Dies führt zunächst zur Nachtblindheit, danach wird das Gesichtsfeld immer kleiner, sodass man nur noch in der Mitte des Gesichtsfelds etwas sieht (manchmal ist auch dies verschwommen). Sollte die RP durch einen Defekt des RPR 65-Gens hervorgerufen sein, kann man hier inzwischen Lucentis spritzen und im Idealfall sogar eine Sehverbesserung erreichen.

Des Weiteren ging Frau Dr. Jacobsen auf die unterschiedlichen Untersuchungsarten ein. Durch das Weittropfen der Pupille kann die Netzhaut besser untersucht werden. Bei einer OCT-Untersuchung kann

man auch die unteren Schichten der Netzhaut erkennen. Dies ist für die Früherkennung der feuchten Form der AMD wichtig. Durch einen gespritzten Farbstoff kann erkannt werden, inwieweit die einzelnen Teile der Netzhaut noch mit Nährstoffen versorgt werden. Bei der elektrophysiologischen Untersuchung kann man zu einer genaueren Diagnose kommen.

Wenn Betroffene wissen möchten, durch welchen Gen-defekt ihre Netzhauterkrankung ausgelöst wurde, können sie eine humangenetische Untersuchung durchführen lassen. Über 250 Gene können diese auslösen. Mit einer Überweisung des Augenarztes/der Augenärztin kann man bei der Medizinischen Hochschule eine Blutentnahme durchführen lassen. In einem Labor in Regensburg wird die Untersuchung gemacht. Wenn man weiß, an welchem Gen es liegt, kann man im Fall einer Studie als Proband daran teilnehmen oder erfährt frühzeitig von diesem Ergebnis. Hierzu kann man sich auch beim Patientenregister der PRO RETINA anmelden.

In punkto Forschung hat man vor einigen Jahren mit dem Einpflanzen eines Chips an der Netzhaut Schiffbruch erlitten. Erfolgversprechend sind derzeit Gen- und Stammzellentherapien. Diesbezüglich gibt es weltweit im Moment diverse Studien, teilweise auch an Tieren. Hier muss man schauen, ob sie auf den Menschen übertragbar sind. Am Weitesten ist man bei einem Defekt des ABC-A4-Gens, wodurch Morbus Stargardt ausgelöst wird.

Im Anschluss an ihren Vortrag beantwortete Frau Dr. Jacobsen noch die zahlreichen Fragen der Anwesenden. Zum Schluss erhielt sie neben lobenden Worten von mir und der Übergabe eines Präsensts noch einen großen Applaus. Die vorbestellten Mittagsgespeisen wurden um kurz vor 13:00 Uhr serviert. Leider waren sie oftmals fast kalt. Manche hatten sich wegen des Preises auch eine bessere Qualität erhofft. Während der Pause konnten wir einige interessante Gespräche führen und Interessierte bekamen Info-Material.

Um kurz nach 13:30 Uhr konnte ich mit meinem Vortrag über die Arbeit in der Regionalgruppe beginnen. Ich schilderte zunächst, welche Treffen in diesem Jahr trotz der widrigen Umstände stattgefunden hatten und dass es den monatlichen Stammtisch für reifere Semester ab jetzt nicht mehr geben wird. Ich lud die noch agilen bisherigen Teilnehmenden dazu ein, zu den Treffen vom Freundeskreis Selbsthilfe zu kommen, bei dem auch schon früher alle Generationen herzlich willkommen waren. Zudem wies ich auf bereits geplante Aktivitäten in diesem Jahr hin, für die sich schon relativ viele angemeldet haben.

Ferner berichtete ich, dass wir im ersten Halbjahr neun neue Mitglieder hinzugewonnen haben und jetzt mit rund 200 Mitgliedern eine der größten Regionalgruppen auf Bundesebene sind. Zudem schilderte ich, dass unsere finanzielle Situation gut ist, wir für unsere Arbeit vor Ort aber

Finanzmittel bei den Krankenkassen beantragen müssen, da wir vom Mitgliedsbeitrag nichts bekommen. Auch bei der Projektförderung gibt es Änderungen, sodass nur noch unter bestimmten Voraussetzungen sehbehindertengerechte Führungen teilweise bezuschusst werden können.

Am Ende meines Vortrags wies ich noch auf die anstehenden bundesweiten Wahlen zum Vorstand und zur Delegiertenversammlung hin und schilderte, dass die Wahlbeilage mit den Stimmzetteln mit der nächsten „Retina aktuell“ versandt wird. Den Stimmzettel kann man kostenlos zurückschicken.

Im Anschluss berichtete Sophia Diedrichs, die gerade eine Ausbildung als Hilfsmittelberaterin und Ansprechpartnerin für junge Sehbehinderte macht, von der Teilnahme eines Internet-Seminars zum Thema „Storytelling“. Hier lernte sie mit den anderen, wie man in den sozialen Medien (Facebook, Instagram, Twitter und You Tube) präsent sein kann und junge neubetroffene Sehbehinderte auf die PRO RETINA und deren Hilfsangebote aufmerksam machen kann. Sehgehandicapte Menschen können beim „Storytelling“ auch ihre Erfahrungen in verschiedenen Lebensbereichen schildern. Zudem können sich junge sehbehinderte Mütter hier austauschen und von den Erfahrungen anderer lernen. Sie lernten auch, wie man einen Podcast anfertigt. Auch Sophia bekam für den Vortrag Applaus.

Wie vorgesehen begann Dr. Schenk aus Osnabrück um etwa 14:00 Uhr mit seinem Vortrag über NON 24. Bei dieser Krankheit ist der Tag/Nacht-Rhythmus durcheinandergeraten, sodass man nachts oft nicht gut schlafen kann und tagsüber oft müde und unkonzentriert ist. Dies betrifft nicht nur erblindete Menschen, sondern wie ich auf Nachfrage erfuhr, auch Beschäftigte, die in unterschiedlichen Schichten arbeiten.

Dr. Schenk hat in einem Osnabrücker Krankenhaus ein Schlaflabor mit zehn Betten. Während des Schlafs werden die Betroffenen gefilmt. In Filmen sahen wir, wie ein Mann zunächst heftig schnarchte, dann aber einen längeren Atemaussetzer hatte. Ein weiterer Herr bewegte während des Schlafs ständig seinen Kopf mit Oberkörper hin und her. Als er erwachte, hatte er starke Nackenschmerzen. Auch gibt es Schlafwandler/innen. Eine Dame hat in diesem Zustand sogar ihren Mann mit einer Axt getötet. Auch „Normalos“ bewegen sich während des Schlafs deutlich mehr als gedacht. Die meisten Menschen schlafen zwischen sechs und acht Stunden.

Dr. Schenk sagte, dass man, um gut schlafen zu können und seinen Rhythmus wiedererlangen kann, möglichst zur gleichen Zeit ins Bett gehen sollte. Jeder hat seine eigene Methode, wie er/sie zur Ruhe kommt, sodass er hier keine allgemeingültige Empfehlung eben kann. Gut ist es aber, wenn man vor dem Schlafengehen keinen Kaffee oder Alkohol trinkt und nichts Anstrengendes mehr tun. Sein Smartphone sollte man auch

nicht mit ins Bett nehmen. Von Schlafmitteln sollte man absehen, da man davon abhängig werden kann.

Bei Menschen, die noch hell und dunkel sehen können, wird abends ein Hormon produziert, welches müde macht. Dieses Hormon können erblindete Menschen auch einnehmen.

Herr Winter, der ebenfalls als NON 24-Ansprechpartner gekommen war, und ich wiesen noch auf die Broschüren über NON 24 (auch in Blindenschrift) hin. Hierin ist sowohl die kostenlose Hotline zu finden, bei der man erfragen kann, wo sich die kompetenten Ärztinnen und Ärzte in der Nähe befinden, wie man sich auf dieses Gespräch vorbereitet und wo das nächste Schlaflabor ist. Hier die Nummer dieser kostenlosen Hotline: (08 00) 2 43 21 00. Sie ist rund um die Uhr geschaltet. Die Mail-Adresse lautet:

non24@patient-plus.com

Auch Herr Dr. Schenk beantwortete anschließend die Fragen der Interessierten. Gegen 15:00 Uhr bekam Dr. Schenk auch einen Applaus und ein Präsent für den Vortrag. Ich verabschiedete die Teilnehmenden, die mir gegenüber von einer interessanten und gelungenen Veranstaltung sprachen. Das nächste Regionalgruppentreffen findet voraussichtlich im Frühjahr 2021 statt.

[Unsere Fahrt an den Emmer-Stausee in Schieder-Schwalenberg am 03.10.20](#)

von Christian Schulte

An diesem Samstagmorgen trafen sich an verschiedenen Orten insgesamt 24 Menschen mit einer Sehbehinderung und einige Begleitungen, um nach Schieder-Schwalenberg in Ostwestfalen zum Emmer-Stausee zu fahren.

Manfred Bressel empfing um 10:45 Uhr die Angemeldeten aus dem Raum Hannover vor dem dortigen Hauptbahnhof und führte sie zu der S-Bahn, die zehn Minuten später bis zum Zielort durchfuhr. Auf der Strecke stiegen immer wieder Teilnehmende zu.

Auch aus der Bielefelder Regionalgruppe nahmen einige Interessierte teil. Mein Vater und ich stiegen in meiner Heimatstadt Rinteln in deren Zug zu. Obwohl dieser etwa zehn Minuten Verspätung hatte, schafften wir es noch, in Hameln in die S-Bahn aus Richtung Hannover zuzusteigen. Obwohl sie recht voll war, fanden wir die anderen bald. Über Bad Pyrmont und Lügde waren wir knapp eine halbe Stunde später in Schieder-Schwalenberg.

Als wir dort ankamen schien die Sonne und es war über 20 Grad warm. Schon bald hatten wir das Restaurant „See-Terrassen“ direkt am Nordufer des Emmer-Stausees erreicht. Dort begrüßten wir die Familie Hegeholz, die mit dem Auto direkt dorthin gefahren war. Wir konnten auf der Terrasse an der Südseite des Lokals mit Blick auf den See und das gegenüber liegende Ufer sitzen und die Sonne genießen. Es gab aber auch einige Schattenplätze, sodass jeder das für ihn Beste auswählen konnte.

Die nicht vorbestellten Gerichte wurden relativ schnell serviert. Den meisten schmeckte es gut und es gab viele angeregte Gespräche. Gegen 14:15 Uhr machten wir uns auf, um zu Fuß zum auf der Südseite des Sees gelegenen Schiffsanleger für die einstündige Schiffsrundfahrt zu kommen. Leider wurde kürzlich eine nicht weit vom Restaurant gelegene Holzbrücke über das Flüsschen Emmer abgerissen, sodass wir ein Stück auf der Nordseite entlanggehen mussten, um dann wieder auf der Südseite zurückzugehen. Auf dem weiteren Weg kamen wir an einem Abenteuerspielplatz für Kinder vorbei. Auch ein niedriges Schwimmbcken gehört dazu. Nicht weit vom Schiffsanleger entfernt wurde vor einigen Jahren ein Sandstrand angelegt. Auch Tretboote gab es in der Nähe, sowie ein weiteres Restaurant. Bevor ich im Souvenirshop die Schiffsrundfahrt für die 18 dafür Angemeldeten bezahlen konnte und dann dafür einen Fahrschein für alle erhielt, gab es allerdings noch Aufregung. Mein Vater hatte zuvor das Geld von allen eingesammelt und ich konnte den Umschlag damit nicht finden. Mein Vater war erst auch nicht zusehen und sagte dann, dass er den Umschlag auch nicht mehr habe. Mir schoss in den Kopf: „Hoffentlich haben wir ihn nicht auf dem Tisch der See-Terrassen liegen lassen.“ Kurz bevor wir dort anrufen wollten, fand mein Vater doch noch den Umschlag in einer Westentasche. Dies sorgte für Erleichterung.

Inzwischen hatten schon viele aus der Gruppe auf dem Schiff Platz genommen. Manche saßen unten im geschlossenen Bereich, andere oben auf dem Sonnendeck. Um 15:00 Uhr begann die Schiffsrundfahrt. Ich nahm nicht daran teil, da ich mit den restlichen Teilnehmenden den See umwanderte.

Wie ich gehört habe, hat der vorbestellte und servierte Kaffee/Tee und Kuchen gut geschmeckt. Mit dem Schiff ging es zunächst kurz westwärts, bevor der Kapitän das Schiff wendete. Weil der Wasserstand des Sees sehr niedrig war, fuhr das Schiff in der Fahrrinne in Schlangenlinien bis zur Staumauser am anderen Ufer des Sees. Der Kapitän berichtete, dass der Stausee in den 1980er Jahren angelegt sei, da es zuvor häufig im nicht weit entfernten Bad Pyrmont wegen Hochwassers der Emmer zu Überschwemmungen gekommen sei. Vor einigen Jahren ist die Emmer durch einen Wall vom Stausee getrennt worden, da er sehr oft verschlammt gewesen sei. Somit ist der See jetzt etwas kleiner. Auf der Südseite ging es nun zum Schiffsanleger zurück, wo die Rundfahrt gegen 16:00 Uhr endete.

Wir sechs Wanderer/innen gingen auf der Südseite an einem Campingplatz vorbei Richtung Wald. Der Wasser war ganz nah und diejenigen, die noch etwas sehen konnten, hatten einen guten Blick über den See zum Nordufer. Der Weg war größtenteils sehr ebenerdig und breit, also auch für Menschen, die nicht gut sehen können, gut zu gehen. Nur im Wald ging es ein Stück weit hinauf und wir mussten schauen, dass wir einige Baumwurzeln entdeckten und man Ende einige Stufen zu einer ehemaligen Landstraße emporgehen. Obwohl hier schon seit weit mehr als 30 Jahren keine Fahrzeuge mehr fahren, ist sie in recht gutem Zustand.

Nach einiger Zeit macht die Straße einen Schlenker nach rechts, da der Emmer-Stausee hier eine Ausbuchtung hat. Dies ist ein Naturschutzgebiet mit vielen Fischen und Wasservögeln. Es gibt dort zudem einige kleine Insel mit Bäumen. Auf der anderen Seite des Weges führt eine größere Straße nach Blomberg. Gelegentlich machten wir eine kurze Rast auf einer Bank oder in einer Schutzhütte. Kurz bevor wir die Staumauer am Ostende erreichten, sahen wir am Ufer einige Angler. Auch von der Staumauer hat man einen guten Blick auf den See, wenn man noch genügend Sehkraft besitzt.

Nachdem wir nach links auf den Weg am Nordufer entlang abgebogen waren, kamen wir zu dem Lokal „Moseschütte“. Einige von uns wollten dort nicht einkehren und gingen schon zum Bahnhof zurück. Wir anderen bestellten uns draußen einen Kaffee und ein Stück Kuchen. Vor dem Restaurant ist ein Sandspielplatz für Kinder angelegt.

Frisch gestärkt ging es um kurz nach 16:30 Uhr auf dem Nord-Weg wieder zurück zum Bahnhof. Rechts von uns befanden sich die Bahngleise, die aber oft von Büschen verdeckt sind. Aber auch die Sicht auf den Stausee war durch den Damm hinter dem Emmer und die darauf wachsenden Pflanzen mitunter verdeckt. Links des Weges waren hin und wieder einige Kunstwerke zu sehen. Inzwischen hatte sich der Himmel bezogen, es blieb aber weiterhin trocken und es war angenehm zu gehen. Um etwa 17:30 Uhr waren wir nach fast neun Kilometer Fußweg wieder am Bahnhof. Mein Vater, der die Schiffsrundfahrt mitgemacht hatte, sagte mir schon am Handy, dass die anderen Teilnehmenden schon die S-Bahn um 16:51 Uhr zurück nach Hause genommen hatten. Wir restlichen fuhren eine Stunde später. Inzwischen hatte es angefangen zu nieseln. Nach einem Umstieg in Hameln war ich trotz Zugverspätung gegen 18:50 Uhr wieder zurück am Rintelner Bahnhof. Gerade von denjenigen, die gewandert sind, weiß ich, dass sie diese Wanderung und den Blick auf die Natur und das lippische Bergland sehr genossen haben. Auch vom Ablauf und der Koordination hat alles recht gut geklappt, sodass es sicher für uns ein schöner Tag war.

Interessante Wanderung und Beerensuche mit der Biologin Sieglinde Fink am Kronsberg am 11.10.20

von Christian Schulte

Die zweite Natur-Erlebnistour mit der Diplom-Biologin Sieglinde Fink fand am Sonntag, dem 11. Oktober statt. Außer ihr war noch der Mobilitätstrainer Friedel Grenner dabei, der uns im Juni 2019 schon im den Hohnhorst-Park nach Lehrte begleitete.

Von den ursprünglich 17 Angemeldeten nahmen tatsächlich zehn Interessierte an dem Ausflug teil. Eine Gruppe versammelte sich um 11:15 Uhr bei sonnigem Wetter, aber einem frischen Wind am Ernst-August-Denkmal vor dem Hauptbahnhof Hannover. Nachdem wir eine Weile auf die nicht Abgemeldeten gewartet hatten, suchte ich für alle eine Begleitung und wir gingen durch die zu diesem Zeitpunkt relativ leere Fußgängerzone zur Haltestelle „Kröpcke!“. Nach einigen Minuten kam die Stadtbahn, die uns in etwa 20 Minuten in den Südosten Hannovers zur Haltestelle „Kronsberg“ brachte. Dort wartete schon der andere Teil der Gruppe. Sie wohnten meistens in der Nähe. Es waren einige „Neue“ dabei, das Altersspektrum reichte von jung bis zur reiferen, aber noch rüstigen Generation.

Nachdem wir eine Weile gegangen waren, kamen wir zum türkischen Imbiss „Istanbul“, in dem wir später essen wollten. Wir stellten uns kurz vor und einige nutzten die Toiletten des Lokals, bevor wir einen gut ausgebauten Fußweg Richtung Kronsberg einschlugen. Zunächst ging es an Häusern vorbei, bis wir zu einer Allee kamen. Auf der einen Seite wachsen Linden, auf der anderen Seite Kirschbäume. Wir konnten die Stämme und Blätter ertasten. Die Rinde der Linde fühlt sich weich an und ist ebener, als bei den Kirschbäumen. Sieglinde sagte, dass es erlaubt sei, im Frühsommer die reifen Kirschen zu ernten. Es gibt dort verschiedene Sorten.

Hinter der Allee befindet sich eine leicht ansteigende Grasfläche mit einigen Bäumen und Büschen darin. Die Wiesen werden von Zeit zu Zeit von Schafen abgegrast. Sieglinde zeigte uns einige Kräuter und Blumen. Am Himmel sahen diejenigen, die noch einigermaßen gut sehen konnten, etliche Drachen fliegen. Das sonnige, aber recht windiges und etwas kühles Wetter war ideal dafür. Außer uns waren noch etliche andere Menschen, teils Familien mit Kindern, unterwegs. Die Wege dort sind breit und eben, also auch für Menschen mit einer Seheinschränkung recht gut zu gehen.

Der Weg zum Gipfel des Kronsbergs ist etwas steiler. Oben ist eine Art Plateau mit einige Bäumen, großen Steinen und einem Gipfelkreuz. Hier ist zu lesen, dass der Kronsberg 118 Meter hoch ist. Wegen der wenigen

Bäume hat man einen recht guten Rundumblick. Im Westen und Norden kann man einen Teil Hannovers erkennen, im Osten und Süden sind überwiegend Wiesen, Bäume, Buschflächen und Äcker zu sehen, wie auch ein paar Windräder. Die Aussicht war an diesem Tag recht gut.

Bevor wir uns auf den großen Steinen niederließen und die von zu Hause mitgebrachten Lebensmittel aßen und tranken, sammelten wir noch schwedische Mehlbeeren für den Beerenpunsch. Als wir uns etwas gestärkt und ausgeruht hatten, ging es auf der anderen Seite wieder hinunter. Nach einiger Zeit entdeckte ich auf der linken Seite einen Busch mit Hagebutten, die wir auch für den Beerenpunsch in ein anderes Gefäß pflückten.

Unten angekommen zeigte uns Sieglinde weitere Pflanzen, die wir ertasten, schmecken und auch riechen konnten, also wie immer eine Führung für alle Sinne. Dazu erzählte uns Sieglinde, gegen welche Krankheiten diese Schätze der Natur wirken. Eine wirklich lehrreiche Führung!

Währenddessen ernteten wir aber auch fleißig Früchte für den Beerenpunsch. Als Nächstes waren die Elsbeeren dran, die reif waren und gut schmeckten. Auf unserer weiteren Wanderung nahmen einige von uns Platz auf Schafen aus Holz, die als eine Art Bank dienen. Die nächsten Früchte waren nicht ganz so leicht zu ernten, da die Pflanzen dornig sind. Trotzdem ließen wir uns nicht abschrecken und sammelten reichlich Schlehen und Weißdornfrüchte, die übrigens im Frühjahr weiß blühen und deren reife Früchte rot sind.

Nach einer Weile kamen wir, nachdem wir eine Weile über eine Wiese gegangen waren, zu Sträuchern mit roten Vogelbeeren. Diese sollte man nicht roh essen, da sie leicht giftig für Menschen sind. Wenn man sie jedoch kocht, sind sie genießbar und helfen sogar bei einigen Krankheiten. Manche stellen sogar Pralinen daraus her. Für Vögel dienen sie auch als Winternahrung.

Da es inzwischen 14:45 Uhr geworden war, gingen wir nun den Weg über das Gelände zurück. Inzwischen war der Himmel bewölkt und die Sonne verschwunden, der ruppige Wind aber geblieben. Um 15:10 Uhr erreichten wir wieder den Imbiss „Istanbul“, in dem Sieglinde Tische für uns reserviert hatte.

In lockerer Atmosphäre tauschen wir uns aus. Auch die „Neuen“ wurden gut in die Gespräche eingebunden. Nach einiger Zeit servierte man uns das wohlschmeckende Essen. Anschließend erklärte uns Sieglinde, wie wir zu Hause den leckeren Beerenpunsch zubereiten können. Ursprünglich wollten wir ihn, wie vor zwei Jahren, in der Küche des Spielhauses Krokolino zubereiten. Wegen der strengen Corona-Hygieneregeln durften wir leider diese Küche nicht benutzen. Ich verteilte dazu die

ausgedruckten Rezepte. Sieglinde schaute bei einigen die gesammelten Beeren durch, damit niemand schon leicht verdorbene Früchte zum Beerenpunsch verarbeitet.

Eigentlich wollten wir wieder um 16:30 Uhr an der Haltestelle „Kronsberg“ sein, aber weil es uns so gut gefiel blieben wir etwas länger, sodass wir eine Stadtbahn später Richtung Aegi und dann zum Hauptbahnhof nahmen. Leider hatte es inzwischen angefangen zu nieseln. Wir waren aber froh, dass es während der Führung trocken geblieben war. Fast alle fanden, dass dies ein schöner Tag gewesen war. Da bei mir eine S-Bahn ausfiel, war ich erst kurz nach 19:00 Uhr wieder zu Hause in Rinteln.

Abenteuerliche Fahrt zur DV und Mitgliederversammlung der PRO RETINA am 16. und 17.10.20 in Bonn

von Christian Schulte

Als Begleitung des erblindeten Delegierten und Bielefelder Regionalgruppenleiters Dr. Konrad Gerull fuhr ich mit ihm zusammen zur diesjährigen Delegiertenversammlung und anschließenden Mitgliederversammlung der PRO RETINA Deutschland e. V. nach Bonn. Diese Fahrt verlief sehr abenteuerlich und wir waren am Ende froh, dass wir am späteren Abend noch ins Hotel gelassen wurden.

Mein Vater brachte mich mit dem Auto am frühen Nachmittag zum Mindener Bahnhof, wo schon der Regionalzug stand, der pünktlich um 14:28 Uhr nach Bielefeld fuhr. Da er in Herford einen verspäteten ICE passieren lassen musste, kam ich gut zehn Minuten zu spät am Bielefelder Hauptbahnhof an. Am Service-Point warteten schon Konrad und eine Dame als Umsteigehilfe auf mich. Sie sagten, dass der ICE aus Richtung Berlin, der uns bis Wuppertal bringen sollte, 40 Minuten Verspätung hätte. Dies weitete sich dann auf 50 Minuten aus, sodass klar war, dass wir den anvisierten Regionalzug von dort nach Bonn auf keinen Fall bekommen würden. Die Umsteigehilfe sagte, dass wir den Zug eine Stunde später nehmen könnten und führte uns zu Sitzplätzen im Hauptbahnhof.

Während wir warteten, informierte ich via Handy Frau Kaiser-Burgard aus der Bonner Geschäftsstelle, die uns eigentlich um kurz nach 18 Uhr vom dortigen Hauptbahnhof abholen und zum Tagungshotel bringen wollte, dass wir eine Stunde später eintreffen würden. Sie antwortete, dass sie zu dieser Zeit schon mit anderen die Technik im Tagungssaal des Hotels aufbauen müsse und wir gerne ein Taxi nehmen könnten und die Kosten dafür einreichen dürften.

Die Umsteigehilfe holte uns dann wieder von den Plätzen ab und führte uns zum Wagen des langen ICE. Die Plätze fanden wir mit Hilfe eines

Herrn schnell. In Wuppertal erfuhren wir von einer weiteren Umsteigeilfe, dass der jetzt für uns aktuelle Regionalzug nach Bonn nicht um 17:46 Uhr eintreffen würde. Die Verspätungszeit weitete sich immer mehr aus, bis die Meldung kam, dass dieser Zug gar nicht mehr fahren würde und auch kein anderer in diese Richtung. Damit wir nicht im Wuppertaler Bahnhof übernachten mussten, organisierte die Umsteigeilfe es, dass wir Plätze im nächsten ICE nach Köln bekamen, obwohl wir keine Tickets dafür hatten. Während wir warteten, sagte eine Dame aus Berlin, die auch mit unserem ICE in Wuppertal angekommen war, dass der Zug so viel Verspätung hatte, da unweit Berlins eine andere Bahn liegengeblieben sei.

Um etwa 18:40 Uhr erreichten wir den Kölner Hauptbahnhof. Es war inzwischen dunkel geworden. Zum Glück fanden wir eine nette Dame, die uns dorthin brachte, wo immer die Straßenbahnen nach Bonn fahren. Wegen Bauarbeiten auf der Strecke Köln – Bonn fahren hier leider keine Regionalzüge. Um kurz vor 19 Uhr nahmen wir dann in der richtigen Straßenbahn Platz, die etwa eine Stunde bis zum Bonner Hauptbahnhof brauchte. Während der Fahrt informierte ich Frau Kaiser-Burgard über die neue Situation. Sie sagte, dass es im Hotel nach 19 Uhr kein Essen mehr gäbe und nach 20 Uhr niemand mehr ins Hotel käme. Zum Glück konnte sie es so organisieren, dass der Delegierte Martin-Manfred Börngen aus Chemnitz unsere Zimmerschlüssel rechtzeitig an der Rezeption abholte und dann vor dem Eingang auf uns wartete, da dieser dann schon geschlossen war.

In Bonn angekommen folgten wir mit unserem Gepäck den anderen Fahrgästen der Straßenbahn Richtung Ausgang. Auch wegen der Dunkelheit konnte ich keinen Taxistand erkennen. Zum Glück war eine junge Dame behilflich und führte uns die wenigen hundert Meter bis dorthin. Der Taxifahrer wusste leider nicht, wo sich das CJD-Tagungshotel befand und wir mussten nach der Adresse schauen. Um kurz nach 20:15 Uhr waren wir dann dort. Es liegt etwas außerhalb in der Nähe des Innenministeriums. Auf unser Klopfen hin, öffnete Martin-Manfred den Nebeneingang und gab uns die Zimmerschlüssel. Da kein Personal mehr dort war, musste er als sehbehinderter Aktiver uns zu unseren Zimmern führen, die recht weit auseinanderlagen. Nachdem ich Konrad gezeigt hatte, wo sich was im Zimmer befindet, gingen wir zu meinem Zimmer. Ich stellte den Koffer ab und Martin-Manfred zeigte mir, wo sich der Frühstücksraum und der Tagungssaal befindet, damit ich Konrad am nächsten Morgen dorthin führen konnte. Zu dieser Zeit waren offenbar einige Aktive der PRO RETINA die einzigen Gäste in dem großen Hotel. Es wirkte irgendwie menschenverlassen. So etwas habe ich zuvor nie erlebt, und auch die anderen nicht.

Am nächsten Morgen half uns Ben, ein junger Mitarbeiter der Geschäftsstelle, beim Büffet, welches nicht allzu üppig war. Es waren nur wenige von der PRO RETINA dort. Gelegentlich kam eine Mitarbeiterin des Hotels in den Raum um sich umzuschauen und Kaffee zu bringen.

Die Delegiertenversammlung (DV) begann um 9:00 Uhr. Es waren nur sechs der 25 Delegierten und drei der fünf Vorstandsmitglieder präsent, dazu einige Gäste und Mitarbeitende der Geschäftsstelle. Alle saßen weit auseinander und mussten die ganze Zeit eine Maske tragen. Jeder hatte ein Tischmikrofon. Als Begleitung durfte ich neben Konrad sitzen, hatte aber kein Rederecht. Alle 25 Minuten mussten für fünf Minuten alle Fenster geöffnet werden, damit wir uns nicht mit Corona infizieren würden, aber stattdessen vielleicht eine Erkältung bekommen, da es draußen recht kühl war.

Die DV war eine Hybrid-Veranstaltung. Das heißt, dass fast alle übrigen Delegierten von zu Hause per Telefon oder Zoom (also per Video) zugeschaltet waren. Die Gesichter wurden in diesen Fällen auf eine Fläche an der Wand gebeamt. Da wir hinter saßen, konnte ich nicht so viel davon erkennen. Allerdings klappte es technisch recht gut und auch die Abstimmungen über diverse Punkte konnten so durchgeführt werden. Der Vorstandsvorsitzende Franz Badura moderierte die Veranstaltung und gab einen Tätigkeitsbericht ab, in dem er hervorhob, dass wir viele neue Mitglieder gewonnen hätten und das Patientenregister recht gut angelaufen sei. Anschließend gab Jörg-Michael Sachse-Schüler einen Bericht über die Finanzen ab. Trotz Ausgabensteigerungen, gerade im Personalbereich, stehen wir wegen größerer Erbschaften finanziell gut da. Es folgten Diskussionen und Beratungen über dieses Thema. Ich bekam davon nicht alles mit, da wir die Meldung bekamen, dass wir bis 10:00 Uhr unsere Zimmer räumen mussten. Ich hatte noch nicht alles gepackt und holte auch Konrads Sachen aus seinem Zimmer, bevor ich die Zimmerschlüssel dem sich langweilenden Portier in dem „Geisterhotel“ übergab.

Ebenfalls am Vormittag wurden noch die Ergebnisse der vorher per Briefwahl von den Delegierten gewählten Kassenprüfer und Mitglieder der Stiftungsgremien (Stiftungsvorstand und Stiftungsrat) bekanntgegeben. Erstaunlich war hier, dass es der bisherige Vize Franz Badura nicht in den Stiftungsvorstand und Dr. Rainald von Gizycki nicht in den Stiftungsrat geschafft haben. Beide hatten sich zuvor sehr für die Stiftung engagiert. Ab 11 Uhr begann der Wahlausschuss mit der Auszählung der Briefwahl-Stimmzettel für den Vorstand und die DV der PRO RETINA.

Das Mittagessen war auch nicht gerade üppig, man konnte zwischen Tomaten- und Kürbissuppe wählen. Getränke musste man sich an einem Automaten ziehen, der aber nicht funktionierte. Am Nachmittag ging es zunächst noch um Finanzen und dann um Vereinsordnungen und Anträge. Konrad und ich hatten den Antrag gestellt, dass künftige DVs wieder einen ganzen Tag (also von einem Mittag bis zum nächsten) gehen sollen. Dieser Antrag wurde mehrheitlich beschlossen. Allerdings soll die DV in Zukunft am Freitagmittag beginnen. Aus Zeitgründen mussten einige Anträge auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden oder es soll

weitergehende Infos und Details dazu geben. So konnte die DV um kurz vor 15:30 Uhr beendet werden. Bis zum Beginn der Mitgliederversammlung, zu der einige Mitglieder gekommen waren, hatten wir eine Kaffeepause.

Auch diese Veranstaltung eröffnete Franz Badura. Wie schon bei der DV waren auch hier interessierte Mitglieder und Aktive zugeschaltet und konnten sich äußern. Wegen der Corona-Situation wurde das Programm stark gekürzt. Eine „richtige“ MV ist für Herbst 2021 geplant, in der auch die Satzungsänderungen behandelt werden.

Per Video gab Dario Madani einen Vortrag zu digitalen Angeboten ab. Hiermit will man vor allem junge Betroffene und Menschen erreichen, die nicht mehr so mobil sind. In der anschließenden Diskussion verständigte man sich aber darauf, dass dies nur ergänzende Angebote zu den real stattfindenden Präsenzveranstaltungen sein sollten. Der direkte Kontakt und auch die Aktivitäten der Regionalgruppe Hannover können dadurch natürlich nicht ersetzt werden. Man will auch schauen, wie man Menschen, die hier noch nicht so fit sind, unterstützen kann.

Gegen 16:45 Uhr betrat der Wahlausschuss den Raum. Er gab bekannt, dass bei der Briefwahl doppelt so viele Mitglieder wie sonst abgestimmt hätten. Fast alle Stimmzettel sind gültig. In den Vorstand wurden nach Anzahl der Stimmen gewählt: Franz Badura, Dario Madani, Jörg-Michael Sachse-Schüler, Markus Georg und Daniela Weiß. Das bisherige Vorstandsmitglied Ute Palm schaffte es dagegen trotz recht vieler Stimmen nicht. Auch ich ging leider leer aus, erhielt aber immerhin 196 Stimmen. Das heißt, dass mich hier über 20 Prozent der Mitglieder gewählt haben. Bei Euch allen möchte ich mich auf diesem Weg dafür bedanken und weiß dies sehr zu schätzen! Beim letzten Mal erhielt ich übrigens 71 Stimmen, also ist dies schon eine beachtliche Steigerung.

Für die DV kandidierten 36 Aktive um 22 Plätze. Leider bekam ich hier mit 58 Stimmen (beim letzten Mal 33) nicht genügend Stimmen. 2016 hätte ich es mit dieser Stimmenzahl locker geschafft. Dies ist für mich natürlich recht frustrierend, allerdings habe ich so vielleicht mehr Zeit für die Regionalgruppenarbeit und Euch. Auch bundesweit bin ich mit einigen Aktiven, wie zum Beispiel Rainald von Gizycki, Konrad Gerull und Michael Emmerich, die es alle mit einem guten Ergebnis in die DV geschafft haben, gut vernetzt und moderiere weiterhin die Mailingliste „vereinspolitischer Austausch“.

Um kurz nach 17:00 Uhr mussten wir mit unserem Assistenten Ben, den Frau Kaiser-Burgard auf meine Nachfrage gefunden hatte, das Hotel. Er meinte, dass nicht weit davon entfernt eine Straßenbahn zum Flughafen Köln/Bonn fahren würde. Am Bahnsteig stellte er fest, dass es doch ein Bus sei, sodass wir

kehrtmachen mussten. Da ich Gepäck hatte, führte Ben Konrad auf dem recht engen Bahnsteig. Leider kam Konrad mit dem rechten Fuß zu dicht an die Kante zu den Gleisen, sodass er teilweise hinabstürzte. Ben konnte ihn noch am linken Arm packen. Auch ich hievte seine rechte Körperhälfte wieder hoch auf den Bahnsteig. Konrad hatte zwar etwas Schmerzen, aber dank unserer schnellen Reaktion keine schlimmen Verletzungen oder Knochenbrüche erlitten. Zur Bushaltestelle waren es nur einige hundert Meter. Der Bus kam pünktlich und fuhr zügig über die Autobahn zum Flughafen. Auf dem riesigen Gelände und im Flughafengebäude suchte Ben für uns den Weg zu dem Gleis, wo später unsere S-Bahn zum Kölner Hauptbahnhof abfuhr. Es gab zwar noch eine kurzfristige Gleisverlegung, aber mit Bens Hilfe schafften wir es wieder gut nach Köln zurück. Er brachte uns auch durch den Hauptbahnhof zum Info-Point. Hier hatte Konrad eine Umsteigehilfe bestellt, die uns zu dem Bereich des Bahnsteigs brachte, wo der Wagen des langen ICE anhielt, in dem Konrad für uns Plätze reserviert hatte. Er fuhr pünktlich los und wir dachten, dass es bis Bielefeld wohl keinen weiteren Zwischenfall geben würde. Aber weit gefehlt: Kurz vor Hamm sagte man uns, dass Fenster im Zug kaputt seien und der ICE dort halten würde. Wir sollten dort in einen Ersatz-ICE steigen.

Zum Glück kamen zwei Zugbegleitende auf uns zu, die uns beim Umstieg in den bald eintreffenden Ersatzzug halfen. Wir bekamen sogar Plätze in der ersten Klasse. In Bielefeld trafen wir nur wenig verspätet um 20:40 Uhr ein. Konrad verabschiedete sich von mir und ich wartete auf dem Gleis, bis gegen 21:00 Uhr mein Regionalzug nach Minden dort eintraf. Eine halbe Stunde später war dieser in Minden, wo mich mein Vater mit dem Auto abholte, sodass ich um 22:00 Uhr wieder zu Hause war. Wer eine Reise (mit der Bahn) macht, kann was erleben ...

[Auch blinde Menschen können Schach spielen – Interview mit Peter Ellinger über sein Hobby und den Berufsweg](#)

Viele von Euch kennen Peter Ellinger noch als meinen Vorgänger als Herausgeber des regionalen Newsletters der PRO RETINA Hannover. Diese Aufgabe hatte er zwischen 2011 und 2016. Ebenfalls war Peter von 2011 bis 2015 im Leitungsteam unserer Regionalgruppe aktiv.

Er wohnt in Hannover-Bothfeld, ist 62 Jahre jung, an Retinitis Pigmentosa (RP) erkrankt und schon seit 1992 Mitglied der PRO RETINA. Seit 2008 kommt er immer mal wieder zu Treffen meiner Sehbehindertengruppe.

Im Interview spricht er über den Krankheitsverlauf, seinen beruflichen Werdegang und sein größtes Hobby: das Schachspielen. Er zeigt auch auf, wie es für erblindete und stark sehbehinderte Menschen möglich ist. Ein wirklich interessantes Gespräch.

Du bist an RP erkrankt. Wann hat man dies diagnostiziert und ab wann merktest Du, dass Du nicht mehr so gut siehst?

Ich hatte bereits ab drei Jahren eine Brille gegen meine Kurzsichtigkeit (ca. – 10 Dioptrien). Meine Nachtblindheit fiel früh auf (Laterne-gehen: ein einziger Graus), vermutlich auch eine merkliche Gesichtsfeldeinschränkung. Der Visus von knapp unter 50 Prozent hieß, dass normales Zeitungslesen möglich war. Lieber war mir aber seit jeher, die Brille abzusetzen, um mithilfe meiner Kurzsichtigkeit aus zehn bis fünfzehn Zentimeter zu lesen. Die Diagnose RP erhielt ich mit 13 Jahren. Zum Bund musste ich deswegen nicht. Erst mit 32 Jahren begann die Verschlechterung des Visus, innerhalb von 15 Jahren runter auf gut 5 Prozent. Und wegen reduziertem Gesichtsfeld und immer stärker notwendigem Kontrast wurde die Orientierungsfähigkeit immer schlechter.

Bist Du während Deiner Schulzeit noch ohne Sehhilfen ausgekommen?

Ja, es reichte, vorne zu sitzen, um auf der Tafel einigermaßen lesen zu können. Das Abi ging also „normal“.

Danach hast Du studiert. Gab es in dieser Zeit spezielle Hilfsangebote oder Sehhilfen?

Mein Mathe-Studium in Hannover ging ebenfalls noch ohne spezielle Hilfen technischer oder assistierender Natur. Lupen habe ich hin und wieder benutzt beim Lesen oder bei Literaturrecherchen.

War es dann als sehbehinderter Mensch schwerer, einen Job zu bekommen? Fühltest Du Dich in irgendeiner Weise benachteiligt? Als was hast Du gearbeitet?

Es wäre unter anderen Umständen als sehbehinderter Mathematiker mit Programmierkenntnissen sicher schwerer gewesen. Ich hatte aber das Glück, beim Abschluss meines Studiums bereits zu wissen, dass ich mich mit zwei Maschinenbauingenieuren ein Jahr später selbstständig machen würde. Die promovierten gerade an dem Institut, an dem ich als „Hiwi“ programmierte. In dem einen Jahr hat mich das Institut als Mitarbeiter übernommen – besserer Programmier-Hiwi, nur eben fast Vollzeit. Dann hatten wir sechs Jahre lang ein Ingenieurbüro. Auch danach ergaben sich meine drei Anstellungen von selbst, weil man mich zur Pflege unseres Software-Produkts und zur Kundenbetreuung brauchte. Meinen Beruf nenne ich Software-Ingenieur, was kein geschützter Begriff ist – vom einfachen Programmierer bis zum Projektbetreuer mit viel eigenverantwortlichem Kundenkontakt kann das alles sein. Meine Sehbehinderung war natürlich ein Nachteil in vielerlei Beziehung – rein fachlich vor allem, weil ich mich nur sehr mühevoll fortbilden konnte. Mobbing oder Herabstufung war glücklicherweise nie ein Thema.

War es dann wegen der fortschreitenden Sehminderung schwer, den Beruf acht Stunden am Tag auszuüben?

Zunächst nicht - auch während der ersten Verschlechterungen hatte ich keine Schwierigkeiten, neun oder zehn Stunden täglich intensiv am Bildschirm zu arbeiten (der natürlich von Anfang an auf meine Bedürfnisse eingestellt war). Später wurde das sehr wohl immer schwerer, einer der Hauptgründe, dass ich 2003 meine Rente eingereicht und anschließend das freiwillige Weiterarbeiten langsam bis auf null reduziert habe. Erneut ein Glücksfall, dass ich dies vom Arbeitgeber und meinen Aufgaben herkonnte.

Wann hast Du bemerkt, dass das Gesichtsfeld so klein wurde, dass Du einen Blindenstock brauchst? Ist es Dir anfangs schwergefallen, mit dem Blindenstock in der Öffentlichkeit zu gehen, da dies ja auch ein Outing ist?

Zunächst war die Nachtblindheit ausschlaggebender, sodass ich im Dunkeln einen (ziemlich kurzen) Stock vor mir hertrug, etwa Ende der 80er Jahre. Ein wenig Überwindung kostete das, aber ich hatte damit deutlich weniger Probleme als manch anderer (wie etwa mein Bruder). Den später richtigen Langstock auch tagsüber regelmäßig zu benutzen habe ich mir etwa um das Jahr 1995 angewöhnt, als ich auch meinen ersten Schwerbehindertenausweis bekam. Dies war in meiner Erinnerung ein größerer Schritt, als nur nachts den Stock zu benutzen, aber als echtes Outing habe ich es auch nicht empfunden, eher als Befreiung: schaut her, ich darf schlecht gucken können ...

Dein ganz großes Hobby ist Schachspielen. Wann hast Du damit angefangen?

Die Regeln gelernt habe ich mit 13 Jahren – das gilt als zu spät für eine echte Karriere. Nach privatem Üben im Nachbars- und Freundeskreis bin ich mit 21 in den Verein eingetreten (dem ich heute noch angehöre). Nach etwa einem halben Jahr hatte ich meine langjährige Spielstärke ungefähr erreicht.

Heute spielst Du, obwohl Du nur noch wenig siehst, professionell Schach. Kannst Du noch die Figuren und die Züge des Gegners/der Gegnerin erkennen?

„Professionell“ kann man das nicht nennen, auch wenn ich das eine oder andere Turnier auch außerhalb des Vereins mitspiele. Die Figuren und Züge könnten meine Augen allenfalls noch erahnen. Zuerst ging Blitz-Schach nicht mehr (5-Minuten-Partien), dann wurde auch Schnell-Schach zu stressig (15 Minuten), vor ein paar Jahren habe ich mich dann auch vom „normalen“ Turnierschach verabschiedet und spiele nur noch mit dem

Blinden-Steckschach („Zwei-Brett-Spiel“, bei dem man ja auch als Vollblinder gleichberechtigt mit Sehenden konkurrieren kann).

Du spielst auch regelmäßig bei Meisterschaften. Sind dort alle Teilnehmenden blind oder sehbehindert?

In unserem Verein (HSK Lister Turm) bin ich der einzige Sehbehinderte. Übrigens war ich dort bis vor kurzem 15 Jahre lang der Spielleiter. Ich spiele nach wie vor praktisch jedes Turnier mit normaler Bedenkzeit mit und habe im Laufe der Zeit ein paar Pokale gewonnen. Die Meisterschaften im Blinden-Schachbund (DBSB) sind nur für Blinde und Sehbehinderte, zuletzt Anfang Oktober in Timmendorfer Strand (unter Corona-Bedingungen).

Hast Du dort schon viele Siege oder Titel errungen?

Na ja, 2007 und 2009 haben wir Hannoveraner die deutsche Mannschaftsmeisterschaft im Blindenschach gewonnen und ich war ein kleines Rädchen dieser Mannschaft. Als Einzelspieler lande ich bei ordentlicher Besetzung der Deutschen Meisterschaft höchstens im Mittelfeld, wie auch jetzt wieder als achter von zwölf Teilnehmern. Ich war mal zwei Jahre lang im sogenannten B-Kader des DBSB, zu mehr reicht meine Spielstärke, aber auch das Engagement im „Nah-Schach“ nicht aus.

Du spielst außer am Brett seit langem auch Fernschach. Welche Erfolge hattest Du hier und haben Deine Augen dabei einen negativen Einfluss?

Seit den 80er Jahren spiele ich Fernschach. 2000 hatte ich mit dem Sieg in der Endrunde der Deutschen Fernschachmeisterschaft meinen größten Erfolg. Von Anfang an habe ich den Computer intensiv genutzt, womit Fernschacherfolge zwar auch wertvoll sind, aber nicht so eine gute Aussagekraft über die schachlichen Qualitäten haben. Mein erreichter Titel ist übrigens „Internationaler Fernschachmeister“. Die schlechten Augen machen dieses Hobby zwar aufwendiger, auch was das Arbeiten am PC betrifft, aber ein prinzipieller Nachteil den Sehenden gegenüber besteht nicht. Übrigens bin ich unter den Blinden in deren Fernschachmeisterschaft „nur“ Zweiter geworden. Ich habe diese dann lieber organisiert, statt selbst mitzuspielen, zumal ich keine Punktschrift kann, was dort eigentlich vorausgesetzt wird.

Denkst Du, dass es auch für blinde und sehbehinderte Menschen möglich ist, noch Schachspielen zu lernen? Gibt es für völlig Erblindete spezielle Hilfen?

Ja, etliche starke blinde Spieler, zum Beispiel sogar hier in Hannover, haben das Schachbrett nie gesehen. Es ist natürlich hilfreich, so früh wie möglich anzufangen, aber Spaß bringen kann es auch später noch. Ob

spät erblindet oder geburtsblind spielt keine Rolle, die Regeln bleiben die gleichen. Neben Figurenziehen am fühlbaren eigenen Brett und Ansagen der Züge muss die Uhr gedrückt und gelegentlich abgehört (früher erfühlt) werden. Und die Züge müssen mitnotiert werden – hier geht neben Punktschrift beispielsweise auch das Hineinsprechen in ein aufnahmefähiges Gerät, wie etwa eine Milestone. Erlernen des Schachs ist zugegebenermaßen für Blinde schwieriger als für Sehende. Wenn man nicht zufällig das Glück hat, einen sehr geduldigen Freund als Lehrer zu haben, läuft es im Wesentlichen auf ein Selbststudium am PC bzw. Smartphone hinaus, da auch Anfängertexte in Braille sehr rar gesät ist.

Gibt es weitere Hobbys, in die du in Deinem Leben viel Zeit investiert hast?

Ja, neben Schachspielen und Schachorganisation im Nah- und Fernschach bei Sehenden und Blinden habe ich viele Jahre gesammelt, nämlich Ansichtskarten in „Ortspostkarten“ mit Schachmotiven. Und dort für Deutschland eine Liste akribisch aufgebaut, die auch von vielen anderen Sammlern genutzt wird.

Meine Versuche, in einem Chor Fuß zu fassen scheiterten an meinen selbstgestellten Anforderungen und dem hohen Aufwand als Sehbehinderter, den ich neben Schach nicht leisten konnte oder wollte.

Seit jeher höre ich aber sehr gern und intensiv Pop- und Rockmusik, vor allem in ausgewählten Radiosendungen. Und stelle mir monatlich meine TOP 10 zusammen, die längst nicht nur aus Charts-Titeln besteht. Bei Gelegenheit besuche ich auch sehr gern entsprechende Konzerte.

Herzlichen Dank, Peter, für dieses aussagekräftige Interview, das sicher viele interessiert und vielleicht sogar zum Schachspielen motiviert.

[Neues telefonisches Angebot in der PRO RETINA über Neuigkeiten aus der Forschung](#)

von Christian Schulte

Schon vor einiger Zeit habe ich in diesem regionalen Newsletter darauf hingewiesen, dass man per Mail in Abständen immer über Neuigkeiten aus der Forschung bei degenerativen Netzhauterkrankungen in gut verständlichem Deutsch informiert wird. Diesen bundesweiten Newsletter können alle, die eine Mail-Adresse haben, kostenlos abonnieren.

Die Allermeisten von Euch erhalten den Newsletter von uns per Mail oder laden ihn sich von unserer regionalen Homepage herunter. Für einigen von Euch, die keinen Internet-Anschluss haben, wird er auch ausgedruckt

und zugeschickt bzw. bei Veranstaltungen übergeben. Diese Menschen hatten bisher keine Chance, an die Inhalte des bundesweiten Newsletters mit Forschungs-Infos zu ihrer Augenkrankheit heranzukommen.

Um dies zu ändern wurden in der Geschäftsstelle der PRO RETINA Deutschland e. V. in Bonn die Angebote des bisherigen Netzhauttelefons erweitert, sodass die Inhalte dieser Newsletter vorgelesen werden – auch außerhalb der Geschäftszeiten. Darüber hinaus stehen Informationen zu diversen Netzhauterkrankungen zur Verfügung. Dieses telefonische Angebot soll in Zukunft noch erweitert werden. Die Nummer lautet: **(02 28) 227 217-11** Es wäre sehr nett von Euch, wenn Ihr sehbehinderte Freunde, Bekannte oder Familienmitglieder ohne Internet-Zugang auf dieses Angebot aufmerksam machen würdet. Sie werden es Euch danken!

Der Geschäftsführer Markus Georg betont, dass dies nur ein zusätzliches Angebot sein kann und in keiner Weise die kompetente telefonische diagnosespezifische Beratung in der PRO RETINA oder die persönliche Beratung bei Veranstaltungen unserer und anderer Regionalgruppen und bei Patientensprechstunden an Uni-Augenkliniken (die nächste in Göttingen) ersetzen kann. Für zumeist reifere Semester, die auch aufgrund ihrer nachlassenden Sehfähigkeit, Berührungängste mit der neusten Technik haben, ist es aber ein zusätzlicher Informationsgewinn. Alle diejenigen, die den Newsletter per Mail zugesandt haben möchten, können sich hier dafür anmelden:

www.pro-retina.de/newsletter

Gespritzte halbleitende Polymer-Nanopartikel führen bei Ratten mit RP in Studie zu erheblich besserem Sehen

Von Dr. Denise Jahn, Michael Emmerich und Christian Schulte

Von meinem Freund Michael Emmerich aus Berlin, der in der PRO RETINA Deutschland e. V. den Arbeitskreis „seltene Erkrankungen“ leitet, und der sich viel mit der internationalen Forschung bei Netzhauterkrankungen beschäftigt, bin ich auf folgende Studie aufmerksam gemacht worden, die auch für uns Betroffene interessant sein könnte.

Einem Forscherteam um Fabio Benfenati vom italienischen Institut für Technologie in Genua ist es gelungen, organische Polymere (chemischer Stoff, der aus Makromolekülen besteht) zu identifizieren, die fotoelektrische Eigenschaften haben. Dort konnte an Ratten mit Retinitis Pigmentosa (RP) gezeigt werden, dass Polymere aus P3HT-Nanopartikeln (Verbünde von einigen oder bis zu tausenden Atomen und Molekülen) visuelle Funktionen dauerhaft wiederherstellen können, also, dass an dadurch wieder deutlich besser sehen kann. Hierzu wurden den Ratten die

winzigen Partikel als wässrige Suspension (Aufschwämmen fester Stoffe in einer Flüssigkeit) direkt unter die Netzhaut, in den subretinalen Raum gespritzt. Bereits eine einzige Injektion gezielte bei den Versuchstieren eine große räumliche Auflösung, was eventuell auch eine Behandlung für Menschen mit einer altersbedingten Makula-Degeneration ermöglichen könnte.

Diese lichtempfindlichen Nanopartikel haben einen Durchmesser von ca. 300 nm und die Eigenschaft, Licht in ein elektrisches Feld umzuwandeln. Nach der Infektion breiten sie sich im subretinalen Raum aus, wo sie sich an den Neuronen (spezialisierte Nervenzellen) anlagern und ähnlich wie ein Retina-Chip die Zellen stimulieren. Auch nach acht Monaten zeigten sie dort eine hohe Beständigkeit und Verträglichkeit und wanderten nicht in innere Netzhautschichten ab.

Interessanterweise konnte bei den an RP erkrankten Ratten die Sehschärfe durch die Injektion wiederhergestellt werden und entsprach somit annähernd der von gesunden Ratten. Darüber hinaus war es an den behandelten Tieren sogar möglich, rotes Licht zu sehen. Dies ist bemerkenswert, da die Augen von gesunden Ratten für das langwellige rote Licht unempfindlich sind. Daraus lässt sich schlussfolgern, dass die Auslösung des Seheindrucks im Gehirn nicht durch Lichtdetektion der retinalen Sehzellen ausgelöst wird, sondern durch fotoinduzierte Potentiale der lichtempfindlichen Nanopartikel.

Der verhältnismäßig einfache chirurgische Eingriff, die gute Biokompatibilität (Verträglichkeit für den Menschen) und die breite Netzhautabdeckung, sowie das möglicherweise Wiederherstellen einer beachtlichen Sehschärfe, eröffnen eventuell neue klinische Behandlungsoptionen für eine Vielzahl von degenerativen Netzhauterkrankungen.

Bis zu ersten Studien mit Patienten und Patientinnen ist es jedoch noch ein langer Weg. So muss sich zum Beispiel das neue Konzept zunächst erst einmal bei Tiermodellen mit einem hochentwickelten Sehinn bewähren und die Sicherheit bei ihnen über mehrere Jahre getestet werden.

Wie ich erfahren habe, sehen Ratten auch deutlich schlechter als Menschen und Tiere mit einem hochentwickelten Sehvermögen. Deshalb kann man diese Studie möglicherweise nicht eins z eins auf den Menschen übertragen. Es wäre aber wünschenswert, wenn durch weitere Studien dieses Verfahren auch auf uns von einer Netzhauterkrankung betroffene Menschen übertragen ließe. Ich finde es jedenfalls gut, dass weltweit verschiedene Verfahren getestet werden. Wie heißt es so schön: Die Hoffnung stirbt zuletzt!

Redaktionelle Verantwortung:

Christian Schulte

Regionalgruppenleiter:

Christian Schulte

E-Mail: christian.schulte.ri@t-online.de

Telefon: (0 57 51) 7 63 04

MD-Beratung und stellvertretende Regionalgruppenleiterin:

Ramona Jacobs

E-Mail: ramona.jacobs@freenet.de

Telefon: (05 11) 16 57 36 70

Kassenwart und stellvertretender Regionalgruppenleiter:

Manfred Bressel

E-Mail: manfred.bressel@qweb.de

Telefon: (05 11) 85 17 49

Jüngere Sehbehindertengruppe:

Christian Schulte

(Kontakt Daten siehe oben)

RP-Beraterin:

Edeltraud Schrader

E-Mail: edelschra@web.de

Telefon: (0 55 94) 14 66

Ansprechpartnerin für junge Sehbehinderte:

Sophia Diedrichs

E-Mail: sophiad96@aol.de

Telefon: 0174-43 36 51 61

Pflege der Homepage:

Michaela Bohne (geborene Schiemann)

E-Mail: michaela.schiemann@web.de

Telefon: (01 76)6 31 7044