

Inhalt

Inhaltsverzeichnis

<u>Vorwort.....</u>	<u>2</u>
<u>Veranstaltungen/Terminkalender.....</u>	<u>3</u>
<u>Donnerstag, 01.11.18, 18 – 20 Uhr, Hannover-Kirchrode, Technik-Gesprächskreis beim BVN</u>	<u>3</u>
<u>Samstag, 03.11.18, 9:55 – ca. 14:30 Uhr, Hannover, sehbehindertengerechte Führung durch die HDI-Arena (Niedersachsenstadion).....</u>	<u>3</u>
<u>Samstag, 03.11.18, ab 13 Uhr, Hannover, Stammtisch der PRO RETINA im Café Brunnenhof im Central-Hotel Kaiserhof, Ernst-August-Platz 4.....</u>	<u>4</u>
<u>Freitag, 23.11.18, 16 Uhr, Hannover, Blickwechsel mit Pastor Chrzanowski im Anbau der Petri-Kirche in Kleefeld.....</u>	<u>4</u>
<u>Mittwoch, 28.11.18; 19 – 21 Uhr, Hannover, BVN-Forum, Auftritt des Kabarettisten Matthias Brodovy mit neuem Programm.....</u>	<u>4</u>
<u>Samstag, 01.12.18, ab 13 Uhr, Hannover, Stammtisch der PRO RETINA im Café Brunnenhof im Central-Hotel Kaiserhof, Ernst-August-Platz 4.....</u>	<u>4</u>
<u>Donnerstag, 06.12.18, 18 – 20 Uhr, Hannover-Kirchrode, Technik-Gesprächskreis beim BVN.....</u>	<u>4</u>
<u>Freitag, 14.12.18, 15 Uhr, Hannover, Weihnachtsfeier der evangelischen und katholischen Sehbehinderten-Seelsorge im Anbau der Petri-Kirche in Kleefeld.....</u>	<u>5</u>
<u>Donnerstag, 03.01.19, 18 – 20 Uhr, Hannover-Kirchrode, Technik-Gesprächskreis beim BVN.....</u>	<u>5</u>
<u>Samstag, 05.01.19, ab 13 Uhr, Hannover, Stammtisch der PRO RETINA im Café Brunnenhof im Central-Hotel Kaiserhof Ernst-August-Platz 4.....</u>	<u>5</u>
<u>Freitag, 25.01.19, 16 Uhr, Hannover, Blickwechsel mit Pastor Chrzanowski im Anbau der Petri-Kirche in Kleefeld.....</u>	<u>5</u>
<u>Freitag, 22.02.19, 10- 19 Uhr und Samstag 23.02.19, 10 -18 Uhr, Hannover, Hilfsmittelausstellung beim Optiker „becker + flöge“</u>	<u>6</u>
<u>Unser Besuch in der Hörbücherei Münster am 02.08.18 (die Ausleihe ist kostenlos).....</u>	<u>6</u>
<u>Bericht über die Fahrt nach Steinhude und zur Insel Wilhelmsstein.....</u>	<u>8</u>
<u>Bericht vom 10. Whitestock-Festival am 26.08.18.....</u>	<u>10</u>

<u>Bericht vom MD-Patiententag der PRO RETINA am 09.09.18 in Göttingen.....</u>	<u>12</u>
<u>Bericht von der Wanderung und Beerensuche mit der Biologin Sieglinde Fink am 06.10.18 am Kronsberg.....</u>	<u>16</u>
<u>Bericht vom BVN-Patientenforum zur „Woche des Sehens“ am 11.10.18.....</u>	<u>17</u>
<u>Vorgestellt: Regine Lusch ist trotz einer Seheinschränkung als Technische Zeichnerin tätig.....</u>	<u>20</u>
<u>Impressum/Ansprechpartner/innen.....</u>	<u>22</u>

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser!

Seit dem letzten Newsletter liegen drei ereignisreiche Monate hinter uns. Anfang August waren wir zusammen mit der Bielefelder Regionalgruppe in der Westfälischen Hörbücherei in Münster. Blinde und sehbehinderte Menschen, die entweder in der PRO RETINA oder beim Blindenverband Mitglied sind, können sich dort kostenlos aus einer breiten Palette an Angeboten Hörbücher ausleihen bzw. zuschicken lassen. Einen Bericht von der interessanten Führung mit allen Kontaktdaten findet Ihr in dieser Ausgabe.

Ebenfalls im August habe ich mit meiner Sehbehindertengruppe einen sehr schönen Ausflug ans Steinhuder Meer mit einer Bootsfahrt zum Wilhelmsstein gemacht. Während der Fahrt haben wir viele Infos dazu vom Kapitän erfahren, die ich in meinem Bericht wiedergebe. Das Steinhuder Meer ist immer einen Ausflug wert. Anfang Oktober haben wir dann mit der Diplom-Biologin Sieglinde Fink einen Ausflug zum Kronsberg gemacht, die Natur erkundet, diverse Beeren gesammelt und anschließend in einer Küche daraus verschiedene Köstlichkeiten zum Trinken und Essen hergestellt. Auch hiervon berichte ich.

Im Sinnesgarten des BVN (Blinden- und Sehbehindertenverbands Niedersachsen) gab es Ende August bei bestem Wetter das 10. Whitestock-Festival. Besonders gut kamen Klaus Lage und die Gruppe „Staubkind“ an. Auch hierzu gibt es einen ausführlichen Artikel. Ebenfalls fand beim BVN in Kooperation mit uns am 11.10.18 das Patientenforum statt. Neben vielen Ständen und Angeboten für Betroffene fanden dort auch zwei Vorträge statt. Dr. Hufendiek von der Augenklinik der Medizinischen Hochschule informierte über viele Augenkrankheiten, berichtete über Therapieverfahren und beantwortete alle Fragen der Anwesenden. Wer mehr wissen will, muss meinen Bericht dazu lesen/hören.

Um Netzhauterkrankungen, Forschungsergebnisse und Workshops zu diversen Themen, die sehbehinderte Menschen interessieren, ging es auch

beim MD-Patiententag am 09.09.18 in Göttingen. Auch hierzu habe ich einen detaillierten Artikel geschrieben, damit ihr auf dem Laufenden seid.

Ebenfalls werdet Ihr in dieser Ausgabe erfahren, wie es möglich ist, trotz der fortschreitenden Netzhauterkrankung Retinitis Pigmentosa (RP) als Technische Zeichnerin zu arbeiten. In meinem Interview mit Regine Lusch aus Nienburg erhielt ich interessante Einblicke. Auch dieses Interview befindet sich in diesem Newsletter. Zudem gibt es einen Ausblick auf kommende interessante Veranstaltungen für Euch.

Jetzt wünsche ich Euch noch viel Spaß beim Lesen bzw. Hören. Ich hoffe, dass Ihr gut und gesund durch den weiteren Herbst und die Vorweihnachtszeit kommt.

Christian Schulte

Ersteller und Herausgeber des Newsletters

Veranstaltungen/Terminkalender

Donnerstag, 01.11.18, 18 - 20 Uhr, Hannover-Kirchrode, Technik-Gesprächskreis beim BVN

Dieses Mal geht es im Kursraum der BVN-Geschäftsstelle in der Kühnstraße 17 um das Thema „Vorstellung des barrierefreien Android-Smartphones Kapsys Smartvision 2“. Alle Interessierten können sich dafür bei Michael Kuhlmann unter der Nummer (05 11) 3 35 61 13 oder per Mail an hallo-michael@gmx.de oder bei Heinz Linnemann unter der Nummer (05 11) 2 62 16 37 oder per Mail an heinz-linnemann@iscb.de anmelden.

Samstag, 03.11.18, 9:55 - ca. 14:30 Uhr, Hannover, sehbehindertengerechte Führung durch die HDI-Arena (Niedersachsenstadion)

Die junge und junggebliebene Gruppe der PRO RETINA macht an diesem Vormittag eine sehbehindertengerechte Führung durch das Stadion, indem viel beschrieben wird und kann einen Blick hinter die Kulissen und in die VIP-Logen werfen. Danach gehen wir im „Bavarium“ Mittagessen und tauschen uns dabei aus. Wichtiger Hinweis: Die Plätze für die Führung sind schon alle belegt, allerdings kann man sich noch für das Mittagessen anmelden. Wir sind gegen 12:30 Uhr beim Lokal. Anmeldung hierfür nimmt Christian Schulte unter der Nummer (0 57 51) 7 63 04 oder per Mail an christian.schulte.ri@t-online.de bis zum 01.11.18 entgegen.

Samstag, 03.11.18, ab 13 Uhr, Hannover, Stammtisch der PRO RETINA im Café Brunnenhof im Central-Hotel Kaiserhof, Ernst-August-Platz 4

Interessanter Erfahrungsaustausch von eher älteren Menschen mit einer Netzhauterkrankung. Weitere Infos dazu gibt es bei Sabine Schulz unter der Telefonnummer (05 11) 70 03 15 70

Freitag, 23.11.18, 16 Uhr, Hannover, Blickwechsel mit Pastor Chrzanowski im Anbau der Petri-Kirche in Kleefeld

In der Gesprächsrunde für blinde und sehbehinderte Menschen geht es diesmal um das Thema Musik. Die Petri-Kirche befindet sich am Dörriesplatz (Ausstieg aus der Stadtbahn am „Kantplatz“). Nähere Infos dazu gibt es bei Pastor Chrzanowski unter der Telefonnummer (05 11) 80 60 99 03 oder per Mail an: pastor@blindenseelsorge.org

Mittwoch, 28.11.18; 19 - 21 Uhr, Hannover, BVN-Forum, Auftritt des Kabarettisten Matthias Brodovy mit neuem Programm

Der Kabarettist Matthias Brodovy, der schon Ehrungen wie den Deutschen Kleinkunstpreis entgegennehmen konnte, stellt an diesem Abend auf der BVN-Kleinkunsthöhne im Forum (Kühnstraße 18 a in Kirchrode) sein neues Programm „Gesellschaft mit beschränkter Haftung“ vor. Hierin nimmt er das mitunter grenzwertige Verhalten einiger Mitmenschen in den sogenannten sozialen Medien und den teils exzessiven Gebrauch von Kommunikationsmitteln, wie z. B. dem Smartphone, etwas auf die Schippe. Sicher werden hierbei die Lachmuskeln trainiert, allerdings werden vielleicht manche ermuntert, lieber selbst zu denken und nicht alles zu glauben, was sie im Internet lesen. Der Einlass ist bereits um 18:30 Uhr. Karten zum Preis von 18 Euro gibt es in der BVN-Zentrale unter der Nummer (05 11) 5 10 40. Begleitpersonen und Kinder unter 14 Jahren haben freien Eintritt.

Samstag, 01.12.18, ab 13 Uhr, Hannover, Stammtisch der PRO RETINA im Café Brunnenhof im Central-Hotel Kaiserhof, Ernst-August-Platz 4

Ein interessanter Erfahrungsaustausch von Betroffenen mit einer Netzhauterkrankung. Nähere Infos dazu gibt es bei Sabine Schulz unter der Telefonnummer (05 11) 70 03 15 70

Donnerstag, 06.12.18, 18 - 20 Uhr, Hannover-Kirchrode, Technik-Gesprächskreis beim BVN

Dieses Mal ist kein Thema vorgegeben. Michael Kuhlmann und Heinz Linnemann beantworten im Kursraum der BVN-Geschäftsstelle in der Kühnstraße 17 alle Fragen zu den Themen Hardware, Software und Smartphones. Anmelden kann man sich dafür bis zum 04.12.18. Die

Fragen sollten aber bis spätestens zum 23.11.18 an Michael Kuhlmann (Telefon: (05 11) 3 35 51 13 oder per Mail: hallo-michael@gmx.de) oder Heinz Linnemann (Telefon: (05 11) 2 62 16 37 oder per Mail an heinz.linnemann@iscb.de) gerichtet werden.

Freitag, 14.12.18, 15 Uhr, Hannover, Weihnachtsfeier der evangelischen und katholischen Sehbehinderten-Seelsorge im Anbau der Petri-Kirche in Kleefeld

Die gemütliche Weihnachtsfeier mit sicherlich einigen Leckereien für Menschen mit einer Seheinschränkung findet im Anbau der Petri-Kirche am Dörriesplatz (Ausstieg an der Haltestelle „Kantplatz“) statt. Nähere Infos dazu gibt es bei Pastor Chrzanowski unter der Telefonnummer (05 11) 80 60 99 03 oder per Mail an: pasotr@blindenseelsorge.org

Donnerstag, 03.01.19, 18 – 20 Uhr, Hannover-Kirchrode, Technik-Gesprächskreis beim BVN

Dieser Technik-Gesprächskreis im Kursraum der BVN-Geschäftsstelle in der Kühnstraße 17 dürfte für all diejenigen interessant sein, die z. B. zu Weihnachten ein neues iPhone geschenkt bekommen (haben). Es werden Grundlagen für Anfänger/innen vermittelt, wie z. B. die Grundfunktionen des Geräts und praktische Anwendungsbereiche für den Alltag. Anmelden kann man sich dafür bis zum 01.01.19 bei Michael Kuhlmann unter der Nummer (05 11) 3 35 51 13 oder per Mail: hallo-michael@gmx.de oder bei Heinz Linnemann unter der Nummer (05 11) 2 62 16 37 und per Mail an heinz.linnemann@iscb.de

Samstag, 05.01.19, ab 13 Uhr, Hannover, Stammtisch der PRO RETINA im Café Brunnenhof im Central-Hotel Kaiserhof Ernst-August-Platz 4

Ein interessanter Erfahrungsaustausch für Menschen mit einer Netzhauterkrankung. Weitere Infos dazu erhält man bei Sabine Schulz unter der Nummer (05 11) 70 03 15 70

Freitag, 25.01.19, 16 Uhr, Hannover, Blickwechsel mit Pastor Chrzanowski im Anbau der Petri-Kirche in Kleefeld

An diesem Nachmittag ist die ausgebildete Bildererzählerin Sylvia Gauert zu Gast in der Gesprächsrunde für blinde und sehbehinderte Menschen. Sie berichtet nicht nur über ihre Ausbildung, sondern gibt auch Kostproben als Bildererzählerin. Die Veranstaltung findet im Anbau der Petri-Kirche am Dörriesplatz statt. Weitere Infos dazu gibt es bei Pastor Chrzanowski unter der Nummer (05 11) 80 60 99 03 oder per Mail an: pastor@blindenseelsorge.org

Freitag, 22.02.19, 10- 19 Uhr und Samstag 23.02.19, 10 -18 Uhr, Hannover, Hilfsmittelausstellung beim Optiker „becker + flöge“

Auch im nächsten Jahr findet wieder bei „becker + flöge“ in der Georgstraße 2 in Hannover eine Hilfsmittelausstellung statt, bei der die neuesten Sehhilfen für blinde und sehbehinderte Menschen präsentiert werden. Man kann sie ausprobieren und Fragen dazu stellen. Es gibt aber auch andere Stände, wie z. B. von der PRO RETINA Hannover, dem Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen (BVN) oder dem Taubblindenwerk. Nähere Infos dazu gibt es unter der Nummer (05 11) 32 44 82 oder per Mail unter: info21@becker-floege.de

Unser Besuch in der Hörbücherei Münster am 02.08.18 (die Ausleihe ist kostenlos)

von Christian Schulte

Matthias Töpler von der PRO RETINA Regionalgruppe Bielefeld hatte die Idee, dass wir gemeinsam die Westdeutsche Blindenhörbücherei in Münster besichtigen könnten. Dies taten wir am Donnerstag, dem 02.08.18. Manfred Bressel nahm die Teilnehmenden aus Hannover gegen 8 Uhr am dortigen Treffpunkt vor dem Hauptbahnhof in Empfang und führte sie zum Gleis. Ich stieg in Bückeberg zu.

Bei Sonne und Temperaturen über 30 Grad kamen wir um 9:36 Uhr in Bielefeld an. Matthias Töpler und seine Frau Petra nahmen uns am Gleis in Empfang. Beim Service-Point trafen wir die anderen der Bielefelder Gruppe. Viele von ihnen kannte ich schon. Insgesamt waren wir 14 Personen.

Mit dem Regionalzug ging es zunächst nach Hamm und dann weiter nach Münster. Vom Bahnhof aus fuhren wir mit dem Linienbus durch die Innenstadt in den Stadtteil Albachten, wo sich die Hörbücherei in einem zweistöckigen Haus befindet. Dank der gut sehenden Begleitpersonen fanden wir sie recht schnell. Die fast zweistündige kostenlose Führung, die Frau Brinkmann durchführte, startete gegen 12 Uhr.

Zunächst ließen wir uns im ersten Stock in einem größeren Konferenzraum nieder. Frau Brinkmann berichtete uns, dass es die Hörbücherei schon seit 1955 gibt. Der Gründer war ein Jahr zuvor in der Schweiz beim Friseur und bemerkte, dass dieser nebenbei ein Buch hörte, dessen Inhalt auf ein Tonband aufgesprochen war. Er dachte, dass dies auch für blinde Menschen ein enormer Gewinn sei, da sie sonst von der Literatur weitestgehend ausgeschlossen waren.

Die ersten Hörbücher wurden von örtlichen Prominenten, die eine Sprecher-Ausbildung absolviert hatten, vorgelesen und auf Tonbänder aufgenommen. In Hüllen wurden sie dann kostenlos per Blindensendung an die dort Angemeldeten verschickt. Anfang der 1970-er Jahre wurden

die Tonbänder dann auf Musikkassetten überspielt und so verschickt. Diese Boxen waren deutlich kleiner. 2004 begann in der Hörbücherei die Digitalisierung. Bis 2010 wurden zwar auch noch MCs versandt, allerdings setzte man immer mehr DAISY-CDs ein. Im Gegensatz zu „normalen“ CDs haben sie eine maximale Spielzeit von 45 Stunden. Selbst sehr dicke Bücher können so auf einer CD verschickt werden. Im Gegensatz zu vielen kommerziellen Hörbüchern sind sie alle ungekürzt. Wenn Angemeldete der Bücherei vorab einen USB-Stick oder eine SD-Speicherkarte senden, wird der Inhalt auch hierauf überspielt. Von der Homepage können die Angemeldeten die Hörbücher ebenfalls herunterladen.

Das Anmeldeformular (man muss nicht aus Nordrhein-Westfalen kommen) findet man ebenfalls auf der Homepage, kann es sich aber auch zuschicken lassen. Die Kontaktdaten findet Ihr am Ende dieses Textes. Maximal kann man sich neun Hörbücher gleichzeitig zusenden lassen. Alles wird kostenlos per Blindensendung hin- und wieder zurückgeschickt. Die Ausleihfrist beträgt vier Wochen. Man kann unter Tausenden Hörbüchern und diversen Genres auswählen. Den Katalog findet man ebenfalls auf der Homepage, er kann aber auch in gesprochener Form oder in der Druckform zugestellt werden. Es gibt auch eine telefonische Beratung, bei der die Interessenten bei der Auswahl der passenden Hörbücher unterstützt werden. Zudem können Hörbücher aus anderen Büchereien (z. B. in Hamburg oder Leipzig) recht schnell besorgt werden. Auch dort kann man sich natürlich anmelden. Bei den Hörbüchereien muss man belegen, dass man schlecht sieht (hier reicht z. B. die Mitgliedschaft in der PRO RETINA oder beim BVN). Auch Analphabeten haben einen Anspruch.

Außer Büchern gibt es aber auch das Wochenmagazin „Die Zeit“ und einige monatlich erscheinende Zeitschriften in Hör-Form, allerdings muss man hier eine Abonnement-Gebühr zahlen. Man kann die DAISY-CDs mit einem MP3-Abspielgerät hören, nicht jedoch mit einem „normalen“ CD-Player. Von diversen Hilfsmittelfirmen gibt es allerdings einige DAISY-Player. Auch hierbei kann man sich beraten lassen. Sie sollten aber eine Lesezeichen-Funktion haben, damit man bei längeren Hörbüchern weiß, wo man zuletzt war. Die DAISY-Player sind für Menschen mit einer Sehbehinderung leichter zu bedienen als ähnliche Geräte und haben mehr Funktionen.

Finanziert wird die Arbeit knapp zur Hälfte von einigen Bundesländern, der Rest sind Spenden. Anschließend besuchten wir noch ein Studio, in dem eine Sprecherin vor einem Computer mit einem Mikrofon und einem Buch saß. Sie hat schon Nachrichten beim WDR und NDR gesprochen, ist aber auch in der WDR-Lokalzeit im Fernsehen zu sehen. Sie spricht die Texte der „Zeit“ und diverser Bücher direkt auf, ohne die Texte zuvor gelesen zu haben.

Danach waren wir noch in einem Raum, in dem die Boxen mit den CDs versandfertig gemacht werden, waren in einem Archiv, in dem noch viele alte Tonbänder und Kassetten sind, deren Inhalt (meist Literatur-Klassiker) inzwischen als DAISY-CD erhältlich ist. Im Erdgeschoss werden

die zurückgeschickten Hörbücher wieder einsortiert und die neuen Bestellungen von Hörbüchern zusammengetragen. Täglich werden 700 – 1.000 Hörbücher ausgeliehen. Das Angebot umfasst allein in Münster 50.000 Hörbücher. Um kurz vor 14 Uhr war die sehr interessante Führung beendet.

Man hatte dort, da wir schon etwas im Zeitverzug waren, für uns zwei Sammeltaxis bestellt, die uns zu einem italienischen Lokal in der Nähe des Bahnhofs bringen sollten. Das erste Taxi kam recht pünktlich, auf das zweite warteten wir jedoch ca. 45 Minuten, da eine Bahnschranke auf dem Weg zu uns nicht geöffnet werden konnte. Gegen 15 Uhr waren wir aber alle beim Restaurant und konnten bei der Hitze ein kühles Getränk und ein Mittagessen draußen genießen und uns unterhalten, näher kennenlernen und austauschen.

Ein Großteil der Gruppe fuhr um 16:40 Uhr wieder mit dem Zug nach Hamm und dann weiter nach Minden, wo wir in die S-Bahn nach Hannover umsteigen konnten. Sie traf um 19:30 Uhr dort ein. Alle fanden die Besichtigung sehr schön, waren wegen der Hitze und der langen Fahrt aber auch etwas erschöpft. Jetzt noch die Kontaktdaten der Westdeutschen Blindenhörbücherei:

Telefon: (02 51) 71 99 01
E-Mail: wbh@wbh-online.de
Homepage: www.wbh-online.de
Adresse: Harkortstraße 9, 48163 Münster

Bericht über die Fahrt nach Steinhude und zur Insel Wilhelmsstein

von Christian Schulte

Um den Sommer 2018 zu genießen, machte die junge und junggebliebene Sehbehindertengruppe am Samstag, dem 11. August eine Fahrt ans Steinhuder Meer und zur Insel Wilhelmsstein.

Bei heiter bis wolkigem Wetter und nicht mehr so schweißtreibenden Temperaturen wie in den Wochen zuvor, trafen sich in Hannover vor dem Hauptbahnhof 16 Interessierte. Nachdem ich für alle eine Begleitung gesucht hatte, führte ich sie zu dem Gleis, wo um 11:09 Uhr der Zug nach Wunstorf abfuhr. Saskia Niemann und Melanie Kintzel aus Braunschweig saßen schon darin. In Wunstorf trafen wir mit einer weiteren Gruppe zusammen, die aus Bielefeld, Kirchlengern und Bückeburg dorthin angereist war. Dana Hegeholz hatte schon geschaut, wo unser Linienbus nach Steinhude abfuhr. Obwohl wir nur wenige Minuten für den Weg hatten schafften wir ihn noch.

Mitten in Steinhude angekommen, führte uns Manfred Bressel zum Lokal und Hotel „Alter Winkel“, in dem ich Tische reserviert und Gerichte

vorbestellt hatte. Da es draußen recht windig war, beschlossen wir, doch innen zu essen. Andrea Kölle-Wellbrink und ihr Mann Uwe, die mit dem Auto aus Bad Münde angereist waren, nahmen uns dort in Empfang. Trotz zwei kurzfristiger Absagen waren wir insgesamt 28 Personen im Alter von 18 bis über 80 Jahren. Die gut schmeckenden Menüs wurden bald serviert und wir konnten uns nebenher gut austauschen und teils näher kennenlernen, da einige zum ersten Mal dabei waren.

Gestärkt führte Manfred uns nach dem Essen zum Schiffsanleger, wo unsere Fahrt mit zwei Auswanderer-Booten zur Insel Wilhelmsstein starten sollte. Dies sind Holzboote, welche in der Mitte ein zusammengerolltes Segel haben, da sie schon seit Jahren mit einem Motor betrieben werden. Sie heißen Auswanderer-Boote, da man früher mit ihnen vom südlichen Ufer des Steinhuder Meeres, welches damals zum Landkreis Schaumburg-Lippe gehörte (heute Landkreis Schaumburg) Richtung Norden, also in die Region Hannover, fahren konnte. Selbst Menschen, die erblindet sind, schafften es das zeitweise schwankende Schiff zu betreten und sich zu setzen.

Während der knapp halbstündigen Fahrt (Geschwindigkeit ca. 10 km/h) erzählte uns der Kapitän etwas zum Steinhuder Meer und zur Insel Wilhelmsstein. Es entstand nach der letzten Eiszeit vor etlichen Tausend Jahren und ist 32 Quadratkilometer groß (etwa fünf Kilometer breit und acht Kilometer lang). Die Wassertiefe beträgt durchschnittlich nur etwa 1,50 Meter (wegen der langen Trockenphase war es bei unserer Fahrt weniger). Viele meinen, dass ein Gewässer dieser Größe eigentlich nicht als Meer bezeichnet werden könne. Allerdings leitet sich dieser Begriff von altdeutschen „Mare“ ab, welches ein stehendes Gewässer bezeichnet. Es hat nur einen Zufluss durch einige Quellen und das Wasser fließt über einen Bach in die Weser.

Die Insel Wilhelmsstein, die während dieser Erzählungen immer näher herankam (man konnte bei entsprechender Sehkraft aber noch die Ufer erkennen) wurde zwischen 1761 und 1767 von Fürst Wilhelm zu Schaumburg-Lippe angelegt. Zunächst waren es nur einige Häuser auf kleinen Anhöhen die durch Stege verbunden waren, dann diente die Insel als Gefangenenlager. Die Häftlinge mussten Richtung Hagenburg (am südöstlichen Rand gelegen) einen Kanal ausschachten und die Erde zur Insel schaffen, sodass hier eine zusammenhängende Fläche von 120 mal 120 Metern entstand. Da auch der Inselverwalter hier lebt, ist es die kleinste bewohnte Insel Europas.

Auf der Insel angekommen, machten wir zunächst einen Rundgang. Auf der Insel befinden sich neben teils sehr alten Bäumen auch einem gastronomischen Betrieb mit einigen Ferienwohnungen, Häuser, in denen Kunst dargestellt wird, aber auch ein paar Gewächshäuser mit abstrakter Kunst, die man interpretieren kann. Das größte Gebäude ist aber zweifelsohne die Burg, die den Fürsten zu Schaumburg-Lippe, die sonst in Bückeburg lebten (und immer noch leben) als Schutz vor Angreifern diente. In der ca. fünf Meter hohen unteren Mauer befinden sich einige

Kanonenlöcher. Die Burg kann man auch gegen Eintritt besichtigen, worauf wir nach Abstimmung der Interessenlage verzichteten. Da der Wind sowohl auf dem Wasser, als auch teilweise auf der Insel recht kräftig war, suchten die meisten von uns das Innere eines Cafés auf, um sich einen Kaffee und teils ein Stück Kuchen zu gönnen und sich auszutauschen. Da sich danach am Ufer gerade ein Auswanderer-Boot befand, beschlossen wir, mit ihm wieder nach Steinhude zu fahren. Während der Fahrt berichtete ich über anstehende Termine und wir überlegten, wann unser nächstes Treffen stattfinden, und was wir dann machen wollen.

Als wir gegen 16:35 Uhr wieder das Festland betraten warteten schon die drei Personen, die nicht mitgefahren waren, auf uns, die an der Schifffahrt nicht teilgenommen hatten. Manfred Bressel überreichte mir ein Geburtstagsgeschenk und wir gingen anschließend die Uferpromenade entlang über einige Holzbrücken entlang Richtung Norden. Alle die etwas sehen konnten, hatten einen guten Blick auf das Gewässer und den Uferbereich von Steinhude. Den anderen beschrieben wir es. Ein Teil der Gruppe fuhr um 16:55 Uhr mit einem recht vollen Bus wieder nach Wunstorf zurück, die anderen blieben noch etwas dort. Alle erreichten in Wunstorf ihren Zug und kamen nach diesem schönen Tag wieder gut nach Hause. Wir waren uns einig: Das Steinhuder Meer ist immer wieder eine Reise wert!

Bericht vom 10. Whitestock-Festival am 26.08.18

von Christian Schulte

Mit Sabine Luczak verabredete ich mich an diesem Sonntagmittag an der Stadtbahnhaltestelle "Aegi", damit wir zusammen zum Whitestock-Festival nach Hannover-Kirchrode fahren konnten. Leider hatte meine S-Bahn nach Hannover Verspätung, sodass wir etwas später als geplant im Sinnesgarten des Blinden- und Sehbehindertenverbands Niedersachsen (BVN) ankamen. An den Holztischen, die sich in der Sonne, im Schatten und unter Pavillons befanden, saßen schon etliche Interessierte auf Holzbänken.

Wir fanden aber dennoch einen guten Platz und holten uns, da wir noch kein Mittag gegessen hatten, erst einmal etwas zu Trinken und zu Essen. Es gab hier diverse Köstlichkeiten vom Grill. Schon bald kamen noch andere aus der PRO RETINA Hannover, für die wir Plätze freigehalten hatten.

Recht pünktlich um 14 Uhr trat der BVN-Kulturbeauftragte Werner Schlager auf die Bühne und begrüßte die Anwesenden im „grünen Wohnzimmer“, wie er sagte in bester Atmosphäre. Auch das Wetter war für eine solche Veranstaltung optimal, meistens schien die Sonne, es

waren nur einige Wolken am Himmel und auch die Temperaturen waren angemessen.

Als erstes enterte Klaus Lage mit seiner Begleitband „Gute Gesellschaft“ die Bühne. Viele kennen den inzwischen 68-Jährigen mit der rauhen Stimme und seine Hits schon seit den 1980-er Jahren. Zu Beginn gab er den Song „Wieder zu Haus“ aus dem Jahr 1984 zum Besten. Danach berichtete er, dass er nicht weit von Hannover, in der Lüneburger Heide, geboren sei und früher in der Nähe (Sarstedt, Pattensen) wohnte. Optisch hatte er sich in den letzten ca. 30 Jahren nicht sehr stark verändert, nur sein Bart ist mittlerweile grau geworden.

Als Nächstes folgte der Song „Zug um Zug“ aus dem Jahr 2010, der einige Dinge in der Welt kritisch beäugte. Da die Band unplugged (akustisch) spielte, klangen die Songs anders, als man sie von Platte/CD kennt.

Wegen der guten Musiker war aber auch diese Präsentation der Musik bei der entspannten Atmosphäre des Whitestock-Festivals passend. Sein Frühwerk „Komm, halt mich fest“ (1982) präsentierten sie in einer Reggae-Version. Es gab neben etlichen Liedern aus den 1980-er Jahren, wie „Mit meinen Augen“, „Schweißperlen“, „Faust auf Faust“ (aus dem Schimanski-Film) „Zahn um Zahn“ und dem systemkritischen „Monopoly“ und natürlich dem Über-Hit „1000 und 1 Nacht“ natürlich auch viele neuere Songs zu hören, die nicht so bekannt waren, da sie leider nicht oder kaum im Radio zu hören sind. Die Qualität stimmte aber trotzdem und die Texte befassten sich häufig mit den Sorgen der kleinen Leute oder waren für eine Initiative für Langzeitarbeitslose geschrieben (Du bist stark). Bei den großen Hits sangen viele der zahlreichen Musikfans (ca. 500 Gäste) lauthals mit und klatschten im Takt. Klaus Lage musste noch mehr Zugaben als gedacht geben und verabschiedete sich dann unter großem Applaus von der Bühne. Im Laufe des Konzerts kamen immer mehr Besucher/innen nach vorne vor die Bühne. Einige saßen im Gras.

Anschließend gab es eine längere Kaffeepause. Die Kuchen und die Getränke zogen leider sehr viele Wespen an. Eine davon stach mich in den Arm, als ich ihn auf den Tisch legte. Anschließend war die A-Cappella-Gruppe „5 vor der Ehe“ aus Hannover an der Reihe. Einer von ihnen sang die Lieder, die anderen machten mit dem Mund diverse Instrumente nach, sodass es sich manchmal fast wie eine „richtige“ Band anhörte. Sie gaben etliche eigene deutschsprachige Songs zum Besten, sangen aber auch einige englischsprachige Coverversionen. Am Ende gab es eine wilde Mischung aus Liedern von ABBA, den Backstreet Boys und Pippi Langstrumpf zu hören, welche auf viele Anwesende etwas befremdlich und chaotisch wirkte. Wie ich aus Gesprächen und anhand der Reaktionen von Besucher/innen feststellte, kam diese Art von Musik bei vielen nicht so gut an. Es gab nur mageren Applaus und es wurde keine Zugabe gefordert. Während des Konzerts animierten sie das Publikum, bestimmte Bewegungen zu machen, welche die meist blinden und sehbehinderten Menschen aber nicht sehen konnten. Vielleicht hätten sie sich mehr bewusst machen sollen, wo sie hier auftreten.

Nach einer weiteren Pause betrat Werner Schlager erneut die Bühne und interviewte Hans-Werner Lange (Vorsitzender des BVN) zum Thema Inklusion und dem Anspruch, mit dem Wihtestock-Festival nun schon zum zehnten Mal ein inklusives Musikereignis anbieten zu können. Hier sollen Menschen mit und ohne Handicap ohne Barrieren die Musik genießen können. Ein toller Anspruch, der gut umgesetzt wurde.

Als Headliner betraten wie im letzten Jahr, wieder die Berliner Musiker von „Staubkind“ um kurz nach 18 Uhr die Bühne. Sie machen eine tolle Mischung aus Rock- und Popmusik mit deutschsprachigen Texten, hatten schon einige TOP 10-Alben und waren als Vorgruppe mit Unheilig (Geboren, um zu leben) auf Tournee. Der Sänger Louis Manke rannte über die Bühne, stieg zeitweise auf einen Verstärker, und animierte das Publikum zum Mitsingen und Klatschen. Ab und an schoss am Bühnenrand Kunstnebel in die Höhe. Ich hatte einen Platz vor der Bühne ergattert und stellte fest, dass hier auch etliche Staubkind-Fans angereist waren. Der sehr sympathische Sänger hatte sich wieder Gedanken gemacht, wie er schlecht oder gar nichts mehr Sehenden das Aussehen der Musiker und ihrer Instrumente beschreiben konnte. Man merkte hier, dass sie nicht nur wie überall sonst ihre Songs herunterspielten. Vor den Liedern erzählte Louis oft, was er sich bei dem Text gedacht hatte. Die Anwesenden machten sehr gut mit und forderten begeistert mehrere Zugaben, die auch gespielt wurden. Die Band hatte sich wegen der tollen Atmosphäre im letzten Jahr schon sehr auf diesen Auftritt gefreut. Zum Abschluss um kurz nach 20 Uhr gab es noch ein Foto von der Bühne mit der Band und den begeisterten Menschen im Hintergrund.

Mit Sabine eilte ich dann wieder zur Haltestelle, da das Konzert länger gedauert hatte, als gedacht, allerdings fuhr uns die Stadtbahn „vor der Nase“ weg. So hatte ich anschließend am Hauptbahnhof etwas Aufenthalt und war gegen 22 Uhr wieder zu Hause. Es war auch in diesem Jahr eine gelungene Veranstaltung und die meisten Anwesenden waren unterm Strich begeistert.

Bericht vom MD-Patiententag der PRO RETINA am 09.09.18 in Göttingen

von Christian Schulte

Am 8. und 9. September fand der diesjährige MD-Patiententag in Göttingen statt. Während sich das Angebot des ersten Tages (Samstag) an MD-Berater/innen oder Menschen richtete, die beruflich mit Betroffenen dieser Augenkrankheiten zu tun haben, stand der zweite Tag ganz im Zeichen der Patienten und Patientinnen.

An diesem Sonntag fuhr ich schon sehr früh nach Hannover, um mich dort mit Manfred Bressel zu treffen. Wir hatten noch genügend Zeit, um den

Metronom nach Göttingen zu erreichen, und zu fragen, ob er trotz Baustellen dorthin durchfährt. Unterwegs stieg Helga Engmann-Berkthold in Freden zu, die wir, obwohl wir uns noch nicht gesehen hatten, ohne Probleme fanden.

Wegen der Bauarbeiten erreichte der Regionalzug ca. eine Viertelstunde später als geplant den Göttinger Bahnhof. Schnell fanden wir den schon wartenden Linienbus, der uns zum Veranstaltungsort, der Augenklinik in der Universitätsmedizin Göttingen, brachte. Es ist ein riesiges Areal abseits der Innenstadt. Da wir am Eingang den Pförtner gefragt hatten, erreichten wir den Hörsaal nach einem langen Weg durch das Gebäude fast ohne Probleme. Leider war er schlecht ausgeschildert und es standen auch nirgends Personen, die hier helfen konnten oder als Guide fungierten.

Als wir uns registrieren ließen und ein Namensschild umgehängt bekamen, konnten wir den Hörsaal betreten. Die Veranstaltung hatte schon vor einigen Minuten begonnen, sodass wir die Begrüßung von Prof. Feltgen (Augenklinik Göttingen) und Franz Badura (Vorsitzender der PRO RETINA) verpassten. Als Moderatorin fungierte Barbara Ritzer. Leider war der Hörsaal nur spärlich besetzt. Trotz großer Werbung hatten, abgesehen von den Aktiven und den Referierenden, nur wenige Mitglieder und Interessierte den Weg dorthin gefunden. Möglicherweise lag es auch an den recht hohen Teilnahmegebühren von 30 Euro für Mitglieder und 50 Euro für Nicht-Mitglieder. Die Veranstaltung wurde aber für die Veröffentlichung im Internet gefilmt.

Ab 10:30 Uhr stellten diverse Referentinnen und Referenten verschiedene, teils seltene Erkrankungen der Makula, vor. Diejenigen, die noch halbwegs gut sehen konnten, sahen an der Wand Fotos und Darstellungen dazu. Als Erster erläuterte Prof. Hoerauf von der Augenklinik Göttingen, was sich hinter der pathologischen Myopie verbirgt. Dies ist eine starke Kurzsichtigkeit, die ab einem bestimmten Grad nicht, oder nur teilweise durch klassische Sehhilfen ausgeglichen werden kann. Der sehr verlängerte Augapfel kann Schäden an der Netzhaut verursachen, die zu Blutungen führen. Dies mindert die Sehkraft erheblich und führt zu verzerrtem Sehen. Durch eine Einnahme von Medikamenten kann hier manchmal geholfen werden. Ruth Forschbach, die in der PRO RETINA unter anderem den entsprechenden Arbeitskreis leitet, berichtete als Betroffene von ihrem Krankheitsverlauf.

Anschließend ging es um die verschiedenen Makula-Dystrophien, wie z. B. Morbus Stargardt und Morbus Best. Frau Dr. Kühlewein von der Augenklinik Tübingen sagte, dass beide Krankheiten durch Gen-Defekte ausgelöst werden. Morbus Stargardt vererbt sich nicht zwangsläufig von Generation zu Generation, bei Morbus Best ist dies häufiger der Fall. Bei Stargardt-Patienten tritt meistens schon in der Kindheit und Jugend eine erheblich verminderte Sehschärfe auf. Es wird hier schon geforscht, aber bisher helfen zum Ausgleich nur vergrößernde Sehhilfen. Morbus Best kann auch später ausbrechen. Die Seheinschränkungen sind ähnlich.

Danach ging es noch um sehr seltene Erkrankungen, wie Mac Tel (Gefäßerweiterung in der Netzhaut und dadurch entstehende Schädigungen), LHON (Schädigung des Sehnervs, vor allem bei jungen Männern, ungesunde Ernährung und Lebensweise können dies Krankheit begünstigen) und CCS/RCS. Diese Augenkrankheit bekommen häufig Männer im mittleren Alter, die hohen Blutdruck und Diabetes haben und sehr stressgeplagt sind. Dies kann auch zu erweiterten Gefäßen und Schädigungen der Netzhaut führen.

Als nächster Gast trat Prof. Michael Bach von der Uniklinik Freiburg ans Rednerpult. Er referierte sehr detailliert über die Ermittlung der Sehkraft und wie dies in früheren Zeiten erfolgt ist. Heute muss man hier meistens Zahlenreihen lesen oder erraten. Er plädierte dafür, dass der Visus immer mit z. B. 1,0 (statt 100 Prozent) oder 0,1 (statt 10 Prozent) angegeben werden sollte. Ob jemand 80 oder 90 Prozent Sehkraft habe würde der Betroffene kaum merken. Anders wäre eine Verschlechterung von 20 auf 10 Prozent. Dies wäre eine Halbierung der Sehleistung. Bei Low-Vision-Optikern wird die Sehkraft von sehr schlecht sehenden Menschen ermittelt. Dies ginge z. B. durch das Zeigen von einer Anzahl von Fingern oder Handbewegungen. Zudem berichtete er, dass es auch Personen gibt, die mehr als 100 Prozent Sehkraft haben. 100 Prozent sei nur ein Mittelwert von nicht von Augenkrankheiten Betroffenen.

Etwas verzögert gab es danach eine kurze Pause, bevor es mit einigen Workshops weiterging. Da ich als Morbus Stargardt-Betroffener von einer Makula-Dystrophie betroffen bin, machte ich mich mit einigen anderen auf, diesen weit vom Hörsaal entfernten Raum zu suchen, was uns dank einer gut sehenden Begleitung auch gelang. Besser wäre es hier gewesen, wenn die Räume der Workshops näher zusammen gelegen hätten und die Referentin/der Referent mit den Interessierten immer vom Hörsaal aus dorthin gegangen wäre. Vielleicht wird dies in Zukunft besser gemacht. Dr. Kühlewein und Iris Timmer, die in der PRO RETINA den Arbeitskreis der juvenilen MD leitet, begrüßten uns und forderten alle auf, sich mit Namen und der Krankheitsentwicklung vorzustellen. Anschließend konnten wir noch Fragen dazu stellen.

Gegen 13:15 Uhr suchten wir uns wieder den Weg zum Hörsaal. Hier waren für die Mittagspause einige Getränke und Snacks aufgebaut, die wir uns an Stehtischen schmecken ließen. Um 14 Uhr ging es mit einer weiteren Runde der Workshops weiter. Ich besuchte den Workshop „Krankheitsbewältigung, Partnerschaft und Familie“ mit dem Referenten Thomas Reichel, der sowohl beruflich, als auch ehrenamtlich in der psychologischen Beratung arbeitet und selbst betroffen ist. Hier sprachen wir darüber, wie man mit einer Verschlechterung der Sehkraft umgehen kann, und welche Auswirkungen das für die Partnerschaft hat. Auch für nicht betroffene Partner/innen ist dies eine Umstellung und ebenfalls eine Belastung. Es gab einige Tipps, wie beide es richtiger machen können. Zum Beispiel sollte dem sehbehinderten Menschen nicht alles abgenommen werden und er sollte auch die Möglichkeit haben, wegen der Verschlechterung zu trauern, ohne dass ständig versucht wird, die Person

aufzumuntern. Mitgefühl ist wichtig, aber ein völliges Hineinversetzen oft nicht möglich. Wir konnten auch von unseren Erfahrungen berichten. Anschließend irrten wir wieder zum Ausgangspunkt zurück, wo um 15 Uhr der dritte Workshop mit den gleichen Themen wie eine Stunde früher begann. Diesmal wählte ich mit einigen anderen den Workshop „Hilfsmittel“, der gleich vor dem Hörsaal von dem Optiker Thomas Junge aus Bad Staffelstein (bei Coburg) durchgeführt wurde. Da es bei der vorhergehenden Gruppe länger dauerte, begann er für uns später. Der Optiker zeigte uns Hilfsmittel, wie z. B. die zwei aufeinanderfolgenden Versionen der OrCam My Eye. Wenn man sie an einer normalen Brille befestigt, bekommt man Texte, auf die man zeigt, vorgelesen. Sie kann ebenfalls eine Hilfe bei der Erkennung der Waren beim Einkauf sein, wie auch beim Vorlesen von Straßenschildern und Fahrplänen unterwegs. Wenn Menschen vorher fotografiert wurden, sagt der am Ohr befindliche Lautsprecher der OrCam, wenn diese einem entgegenkommen, wer sie sind. Die Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten, wenn man unter 5 Prozent Sehkraft hat. Wenn man gar nichts sieht, wird es schwierig, da die zu lesenden Schriften genau anvisiert werden müssen. Bevor sie verordnet wird, gibt es eine einwöchige Probephase im Alltag. Ganz neu auf dem Markt ist das Hilfsmittel „Nu Eye“. Das Gerät ist mobil einsetzbar, wiegt aber noch relativ viel. Es vergrößert Texte und andere Dinge, liest aber auch vor. Hier soll die Handlupe, das Bildschirmlesegerät und das Vorlesegerät in einem Gerät kombiniert werden. Herr Junge meinte, dass dieses Gerät in der nächsten Zeit noch leichter und preiswerter werde. Ferner zeigte er Hilfen für das IPAD und eine Kombination aus elektronischer Lupe und Bildschirmlesegerät, bei der man aber nur einige Zeilen auf dem kleinen Monitor sah. Für die Schule gibt es inzwischen ein mobiles, einklappbares Gerät. Auf dem Monitor sieht man wahlweise mithilfe einer Kamera vergrößert das Tafelbild und Texte aus Schulbüchern und kann auch darunter schreiben. Dem inklusiven Unterricht sehbehinderter Schüler/innen an einer „normalen“ Schule steht dank diesem Gerät nichts mehr im Weg. Während die anderen um 16 Uhr wieder in den Hörsaal zu einer kurzen Abschlussveranstaltung gingen, zeigte uns Herr Junge noch ein paar Hilfsmittel. Gegen 16:15 Uhr ging ich mit Manfred Bressel und Helga Engmann-Berkold aus Freden wieder zur Bushaltestelle zurück. Wir waren uns einig, dass es nicht schlecht gemacht war, aber auch noch Verbesserungsbedarf besteht (Näheres dazu siehe oben). Vielleicht hätte man noch einen Workshop einbauen können, der sich nur mit Fragen und Ergebnissen in der Forschung beschäftigt. Nachdem wir zunächst den falschen Bus erwischt hatten, landeten wir doch noch rechtzeitig zur Zugabfahrt gegen 17 Uhr am Bahnhof. Wegen der Bauarbeiten traf er etwas später in Elze ein, allerdings schaffte ich gerade noch den Zug, der dort schon stand und mich zurück nach Rinteln brachte. Nach zwölf Stunde kam ich gegen 19 Uhr wieder zu Hause an.

Bericht von der Wanderung und Beerensuche mit der Biologin Sieglinde Fink am 06.10.18 am Kronsberg

von Christian Schulte

Eigentlich sollte diese Wanderung und Beerensuche für Menschen mit einer Sehbehinderung schon im letzten Jahr stattfinden. Da die Hauptakteurin, die Diplom-Biologin Sieglinde Fink, kurzfristig erkrankte, wurde sie in diesem Jahr nachgeholt. Im Gegensatz zum ursprünglich geplanten Termin war das Wetter in diesem Jahr optimal für diese Unternehmung – es war sonnig und bis zu 25 Grad warm.

Nachdem Sieglinde schon am 28. September im „Blickwechsel“ im Anbau der Petri-Kirche in Hannover-Kleefeld zu Gast war und über ihre Arbeit berichtet hatte, warben wir in diesem Rahmen auch für die Teilnahme an der Wanderung am Kronsberg und ich konnte einige Anmeldungen entgegennehmen.

Von den ursprünglich 15 angemeldeten Personen nahmen dann elf daran teil, dazu kam außer Sieglinde noch die Erlebnispädagogin Lisa Gosejohann von Vision Outdoor (sie organisieren Reisen für blinde und sehbehinderte Menschen) aus Bielefeld. Wir trafen uns um 11 Uhr vor dem Hauptbahnhof Hannover am Ernst-August-Denkmal.

Nachdem ich für alle Teilnehmenden mit einer Seheinschränkung eine gut sehende Begleitperson organisiert hatte konnte es losgehen. Wir gingen zunächst zum Kröpcke und fuhren dann mit der Stadtbahn zur Haltestelle „Kronsberg“. Sieglinde und eine Teilnehmerin, die in der Nähe wohnt, warteten schon auf uns. Zunächst ging es zu einigen nicht weit entfernt stehenden Bänken in der Sonne. Wir stellten uns der Reihe nach vor. Es waren auch die beiden jungen, nicht sehbehinderten Sudanesen dabei, die im August schon bei der Fahrt ans Steinhuder Meer teilgenommen hatten. Sie führten wieder Teilnehmende und waren auch sonst sehr hilfsbereit. Anschließend ging es den Weg hinauf zum Kronsberg, südöstlich von Hannover. Dieser Weg, wie auch die folgenden, waren sehr eben und auch für Menschen, die nicht gut sehen können, gut zu gehen. Anfangs befanden sich links und rechts des Weges noch Häuser, dann kamen wir zu einer Allee. Auf einer Seite stehen Kirschbäume, auf der anderen Linden. Wir konnten die Stämme ertasten.

Hinter dieser Allee ist immer leicht ansteigend eine große Wiese, auf der sich einige Büsche und kleinere Bäume befinden. Wir gingen zu einem Busch mit schwedischen Mehlbeeren, die wir pflücken und essen konnten. Sie schmecken mehlig, werden aber heute nicht bei der Herstellung von Lebensmitteln verwendet. Nach dem zweiten Weltkrieg hat man mit ihnen die Mehlvorräte gestreckt.

Schon bald hatten wir den Gipfel des Kronsbergs erreicht. Auch hier befindet sich neben dem Gipfelkreuz und einigen großen Steinen nur Rasen und keine Bäume. Er ist 118 Meter hoch. Diejenigen, die noch

etwas sehen konnten, hatten einen guten Ausblick auf das darunterliegende Buschgebiet, viele Wiesen und einen Teil von Hannover. Wir ließen uns auf den Steinen nieder und nahmen die mitgebrachten Getränke und das Essen zu uns.

Gestärkt gingen wir an der anderen Seite des Kronsbergs wieder hinab. Zunächst führte uns Sieglinde zu einem Strauch mit Elsbeeren, die wir pflückten und in die mitgebrachten Gefäße taten aber auch kosten konnten. Die reifen Früchte schmeckten süß. Anschließend ging es zu einem Weißdornbusch, von dem wir ebenfalls die Beeren sammelten. Da er Dornen hat, mussten wir hier etwas aufpassen. Auf einer Wiese neben einem Acker steht ein Busch mit Hagebutten, den wir auch „plünderten“. Mit einem speziellen Werkzeug gruben dann einige gut Sehende ein paar Löwenzahnpflanzen mit Wurzeln aus der Wiese. Auch sie nahmen wir mit und gingen jetzt zu einigen Büschen mit Schlehen, die wir ebenfalls einsammelten. Sieglinde sagte, dass sie in kalkhaltigem Boden gut wachsen. Sie gab uns auch ein Stück Kalk zum Ertasten. Für die Bauern, die hier die Äcker bewirtschaften, ist dieser steinige Boden nicht so gut. Jetzt hatten wir genügend Essbares zusammen und gingen zur Küche des Spielhauses „Krokolino“ am Rande des Kronsberggeländes. Hier bereiteten wir alle die mitbrachten Früchte mit zuvor von Sieglinde gekauften Lebensmitteln zu einem leckeren Beeren-Punsch ohne Alkohol, einem appetitanregenden Löwenzahnwurzel-Rohkost-Salat, einer Brennesselcrem-Butter für das Vollkornbrot und den Nachtisch (Hagebutten-Dattel-Praline mit einer entkernten Dattel und einer Hagebutten-Frischkäsecrem-Füllung, garniert mit einer Walnushälfte) zu. Dank des großen Engagements von Sieglinde, den gut sehenden Begleitungen, und auch den gehandicapten Teilnehmenden gelang dies gut – ein tolles Beispiel für Inklusion in der Praxis. Nebenbei unterhielten wir uns, wie schon beim Ausflug zuvor, nett und angeregt und alle waren guter Stimmung. Nach getaner Arbeit ließen wir uns alles gut schmecken. Nachdem wir wieder aufgeräumt hatten war es schon 16:30 Uhr geworden. Jetzt ging es wieder zurück zur Haltestelle „Kronsberg“ und mit der Stadtbahn anschließend in die Innenstadt und teils weiter zum Hauptbahnhof. Dieser Ausflug bei bestem Wetter hat allen Beteiligten gut gefallen und Sieglinde hat sich sehr bemüht, uns die Natur näherzubringen, indem sie viel beschrieb, Fragen beantwortete und schaute, dass andere Sinne zum Tragen kamen. Es wäre sehr wünschenswert, wenn es weitere Ausflüge dieser Art geben würde.

Bericht vom BVN-Patientenforum zur „Woche des Sehens“ am 11.10.18

von Christian Schulte

Wie schon im letzten Jahr gab es auch zur diesjährigen „Woche des Sehens“ vom 8. – 15.10.18 wieder ein Patientenforum beim BVN (Blinden-

und Sehbehindertenverband Niedersachsen) in der Kühnstraße in Hannover-Kirchrode. Die Veranstaltung war eine Kooperation des BVN mit der Vereinigung „Blickpunkt Auge“ und der PRO RETINA Hannover. Sie begann um 14 Uhr.

Auf einem langen Flur befand sich der sogenannte Parkour für besseres Sehen“. Hier hatten auch Manfred Bressel und ich einen Stand für die PRO RETINA Regionalgruppe mit vielen Broschüren zu diagnosespezifischen Netzhauterkrankungen, Hilfsmitteln oder einer Sozialbroschüre, wie auch einige Werbeartikel. Uns gegenüber hatte der Hannoveraner Optiker „becker + flöge“ seinen Stand. Hier konnte man einen Sehtest machen und sich über diverse Vergrößerungs- und Vorlesesysteme beraten lassen. Ebenfalls dort angesiedelt war ein Stand des Deutschen Roten Kreuzes, an dem man eine Blutdruck- und Blutzucker-Messung durchführen lassen konnte und Infos zum Thema „Gesundheit“ bekam. Zudem gab es einen Stand von „Blickpunkt Auge“, an dem Besucher/innen Rat und Hilfe bei sämtlichen Augenkrankheiten und den damit einhergehenden Problemen erhielten. Ebenfalls vertreten war dort die Firma „anders sehen“, die Reisen und Seminare für blinde und sehbehinderte Menschen anbietet und diese bei Bedarf auch dabei begleitet.

In einem Extra-Raum, an dessen Eingang wir unseren Stand hatten, stellten diversen Hilfsmittelfirmen wie IPD aus Hannover, der Deutsche Hilfsmittelvertrieb und „Steller Technology“ ihre Geräte aus, die die Betroffenen testen konnten und dabei beraten wurden. Neben der Orcam wurden vor allem vergrößernde und vorlesende Sehhilfen präsentiert. Schon um kurz nach 14 Uhr kamen die ersten, meist älteren Interessierten. Auch in den kommenden Stunden war fast immer recht viel Betrieb. Wir konnten teils längere Gespräche mit den Ratsuchenden führen und ihnen die für sie infrage kommenden Broschüren und Adressen von Ansprechpartner/innen, sowie Infos über die Angebote unserer Regionalgruppe geben. Alle bedankten sich freundlich und ich hatte den Eindruck, dass ich ihnen weiterhelfen konnte. Wir haben zudem zwei neue Mitglieder gewonnen.

Um 16 Uhr ging Manfred ins BVN-Forum, wo ein Vortrag von Gerd Schwesig vom „Blickpunkt Auge“ stattfand. Ich betreute in dieser Zeit unseren Stand. Bei seiner Rückkehr erzählte er, dass Herr Schwesig gut über eine Palette der Hilfsangebote berichtet habe, aber dort noch nicht auf konkrete Fragen von Besucher/innen eingegangen sei.

Ein zweiter ca. eineinhalbstündiger Vortrag begann in diesem größeren Raum fast pünktlich um kurz nach 18 Uhr. Alle Sitzplätze waren gefüllt und fast 100 Menschen waren dabei. Ihn hielt Dr. Karsten Hufendiek, der Oberarzt an der Augenklinik der Medizinischen Hochschule Hannover ist. Schwerpunktmäßig beschäftigt er sich mit Erkrankungen der Netzhaut. Zunächst ging er näher auf einige dieser Krankheiten ein. Bei Diabetikern kann es, wenn die Krankheit unbehandelt bleibt, zu Gefäßerweiterungen in der Netzhaut kommen, da sie sonst nicht genügend durchblutet würde. Diese Gefäßerweiterungen können bis zur Netzhautablösung führen. Es kann aber auch ein diabetisches Ödem entstehen.

Als nächstes ging er auf die altersbedingte Makula-Degeneration ein. Sie tritt meistens erst ab dem 50. Lebensjahr auf. Hier lagern sich immer mehr schädliche Abfallprodukte in der Netzhaut ab., sodass die Zapfen, die für das Scharf sehen zuständig sind, mehr und mehr absterben. Neben genetischen Ursachen kann eine ungesunde Lebensweise (z. B. Rauchen) die Erkrankung begünstigen. Aus einer trockenen AMD kann auch eine feuchte Form werden. In diesem Fall sieht man gerade Linien wellig. Man sollte dann sofort zur Untersuchung gehen und versuchen, durch regelmäßige Spritzen einen Teil der Sehkraft zurückzugewinnen. Für die trockene Form gibt es leider noch keine anerkannte Therapieform, wohl aber Forschungsstudien. Auf die juvenilen Formen dieser Krankheit ging Herr Dr. Hufendek leider nicht ein.

Als nächstes ging es in seinem Vortrag um die Retinitis Pigmentosa (RP), den sogenannten Tunnelblick, der das Gesichtsfeld immer weiter einengt. Durch einen vererbten Gendefekt sterben die Stäbchen in der Netzhaut immer mehr ab, im Spätstadium können auch die Zapfen betroffen sein, sodass die Krankheit zur Erblindung führen kann. Bei diesem Krankheitsbild gibt es viele Unterformen, die den Zeitpunkt des Ausbruchs und den Verlauf beeinflussen. Leider gibt es auch hier noch keine vielversprechende Therapie, aber Bemühungen. Etwas damit verwandt ist das Usher-Syndrom. Hier ist auch das Gehör betroffen.

Anschließend ging Herr Dr. Hufendiek noch auf einige Forschungsansätze ein. Bei der Elektrostimulation wird bei einer längeren Operation ein Implantat unter der Netzhaut angebracht. Erblindete können daraufhin wieder ein bisschen sehen, allerdings ist diese OP sehr teuer (130.000 Euro) und das Implantat hält nur einige Jahre.

Aber auch bei der Gentherapie tut sich einiges. Mit einer Genschere (CRISPR Cas) versucht man, für Augenkrankheiten verantwortliche Teile aus einem Gen herauszuschneiden. Über Bakterien werden diese Stoffe an die richtige Stelle geschleust. So kann man idealerweise verhindern, dass die Krankheiten ausbrechen oder zum Stillstand kommen. Allerdings ist noch nicht ganz erforscht, ob es in der Folgezeit zu unerwünschten Gen-Mutationen kommt. Bis dieses Verfahren zugelassen wird, dauert es wohl noch etwas.

Viele der Anwesenden hatten immer wieder Fragen, die Herr Dr. Hufendiek ausführlich und verständlich beantwortete. Er wirkte recht kompetent auf diesem Gebiet. Zum Abschluss um 19.40 Uhr bekam er einen großen Applaus von den bis zum Schluss Dagebliebenen. Mit Manfred baute ich anschließend noch unseren Stand ab. Nur relativ wenige Broschüren waren übriggeblieben. Alles in allem war es eine gelungene Veranstaltung, die sicher vielen Betroffenen etwas gebracht hat. Zudem ist es zu vielen Kontakten von Ratsuchenden und Helfenden gekommen.

Vorgestellt: Regine Lusch ist trotz einer Seheinschränkung als Technische Zeichnerin tätig

Viele Leute denken, dass Menschen mit einer Sehbehinderung den Beruf der Technischen Zeichnerin/des Technischen Zeichners (jetzt Produktdesigner/in) nicht ausüben können, da es hierbei auf gutes Sehen ankommt.

Dass dies aufgrund der technischen Entwicklung doch möglich ist, beweist Regine Lusch aus Nienburg, die während ihrer Ausbildung die Diagnose RP (Retinitis Pigmentosa) bekam. Trotz Sehverschlechterung arbeitet sie bis heute in diesem Job. Wie dies geht, verrät sie im folgenden Interview mit mir.

Regine ist schon seit vielen Jahren Mitglied der PRO RETINA und kommt seit 2002 immer mal wieder zu den Treffen der jungen und junggebliebenen Sehbehindertengruppe. Hier nun das Interview:

Wie kamst Du darauf, eine Ausbildung zur Technischen Zeichnerin zu machen? Hast Du schon immer gerne gezeichnet?

Als Kind und Jugendliche habe ich tatsächlich schon gerne gemalt und gezeichnet und war bereits sehr an Technik interessiert. Als ich dann Abitur gemacht habe stand ein Studium nicht zur Debatte und da passte eine Ausbildung zum Technischen Zeichner doch recht gut. Und so habe ich dann im August 1987 die dreieinhalbjährige Ausbildung begonnen, eineinhalb Jahre davon wurde ich in unserer Schlosserei ausgebildet und die restlichen zwei Jahre im Konstruktionsbüro. Nach bestandener Prüfung wurde ich übernommen und arbeite heute noch dort.

Wusstest Du da schon, dass Du RP hast? Gab es damals schon Sehprobleme?

Von meiner Augenerkrankung habe ich während der ersten Ausbildungsjahre erfahren. Mir wurde von einem Professor, der mir die Diagnose mitgeteilt hat, dringend geraten, mir einen anderen Job zu suchen. Ich war mit der Situation sehr überfordert und dachte gar nicht daran, meine Ausbildung aufzugeben und mir etwas zukunftsicheres für Blinde zu suchen. Sehen konnte ich zu der Zeit noch viel und gut. Nachtblind war ich schon von Geburt an komplett.

Du hast Deine Ausbildung vor ca. 30 Jahren gemacht. Was hat sich seitdem in diesem Beruf alles verändert?

Bis 1995 habe ich am Zeichenbrett mit Bleistift und Tuschefüller gezeichnet. Dann bekam ich einen Bildschirmarbeitsplatz mit einem 2D-Zeichenprogramm und seit 2008 arbeiten meine Kollegen und ich am Bildschirm mit einem 3D-Zeichenprogramm. Dazu gehören zwei Mäuse. Mit der rechten Hand bediene ich eine „normale“ Maus, die die meisten kennen und mit der linken Hand eine 3D-Maus. Vor ein paar Jahren wurde aus dem Technischen Zeichner der Technische Produktdesigner, wobei sich die Ausbildungsinhalte auch etwas verändert haben.

Ist diese Tätigkeit heute aufgrund der technischen Entwicklung leichter für Menschen mit einer Sehbehinderung auszuüben? Was benutzt Du für Hilfsmittel?

Ich denke, dass ich meine Ausbildung nicht hätte machen können, wenn damals meine Augenkrankheit schon so weit fortgeschritten wäre wie heute. Und wenn ich heute keinen Bildschirmarbeitsplatz hätte, könnte ich auch nicht mehr in diesem Job arbeiten. Hilfsmittel benutze ich keine, außer Jalousien wegen der Blendung und manchmal eine Lupe, wenn die Schrift auf Vorlagen oder in Büchern zu klein für mich ist. Das Zeichenprogramm beinhaltet das Vergrößern des Bildschirminhalts und das Einstellen von Kontrasten nach eigenen Vorlieben.

Wer hat diese Hilfsmittel finanziert? An wen sollten sich Menschen wenden, die aufgrund ihrer Sehverschlechterung Hilfsmittel am Arbeitsplatz brauchen?

Vor ein paar Jahren hatte ich an meinem Arbeitsplatz Besuch von einem sehr netten Mitarbeiter des Integrationsamtes. Dieser Mann hatte von meiner Schwerbehinderung erfahren und wollte daraufhin unbedingt meinen Arbeitsplatz besichtigen. Er hat sich nicht nur meinen direkten Platz am Schreibtisch angeschaut, sondern auch den Weg vom Parkplatz, das Treppenhaus und die Flure. Dann hat er sich viel Zeit genommen und mich gut beraten, welche Hilfsmittel für mich infrage kämen. Diese Mittel würden vom Integrationsamt voll oder mitfinanziert werden. Bis heute musste ich allerdings noch nichts davon in Anspruch nehmen.

Wird von Dir verlangt, dass Du genauso arbeitest wie „Normalsichtige“ oder wird auf die Sehbehinderung Rücksicht genommen?

Am Rechner arbeite ich genauso wie meine Kollegen, aber ich muss nicht mehr so viele Wege in die Werkstatt und Produktion machen, um Sachen zu messen.

Bekommt Deine Firma wegen Deiner Schwerbehinderung einen Zuschuss zu Deinem Gehalt?

Ich war kürzlich deswegen im Personalbüro und habe nachgefragt. Dort wurde mir gesagt, dass sie diesen Zuschuss nicht bekommen. Er wurde auch noch nie beantragt. Interessehalber hat die Mitarbeiterin den entsprechenden Fragebogen aufgerufen und sofort die Mitteilung bekommen, dass die Mittel bis 2020 bereits ausgeschöpft sind.

Ist die Tätigkeit trotz einiger Hilfsgeräte, wie der Lupe und Bildschirm-Jalousie für Dich anstrengender als für Nicht-Gehandicapte? Arbeitest Du noch Vollzeit?

Ich arbeite Vollzeit und bin mir sicher, dass das Arbeiten aufgrund der Einschränkung durch die Augenkrankheit sehr viel anstrengender als für meine normalsichtigen Kollegen ist. Am Freitag bin ich regelmäßig „platt“ von der Woche und auch die fünf zusätzlichen Urlaubstage kann ich zur Erholung gut gebrauchen. Aber ich arbeite wirklich gerne in meinem Job und freue mich, dass das zurzeit auch noch gut klappt.

Wie reagieren Deine Kolleginnen und Kollegen auf die Sehbehinderung? Hast Du den Eindruck, dass sie sich in dich hineinversetzen können oder wollen?

Meine sechs direkten Kollegen im Konstruktionsbüro sind super. Sie wissen über meine Behinderung Bescheid und hatten auch alle schon meine Simulationsbrille auf. Sie gehen ungezwungen mit dem Thema um und fragen mich alles, was sie wissen wollen. Ansonsten behandeln sie mich aber nicht anders und genau das finde ich gut.

Hast Du Tipps oder Wünsche, wie sich „normale“ Beschäftigte oder Vorgesetzte gegenüber behinderten Arbeitnehmer/innen verhalten sollten? Was geht gar nicht?

Für mich ist es genau wie in meinem sonstigen Leben. Ich möchte, dass mir geholfen wird, wenn ich darum bitte und ansonsten nicht übertrieben fürsorglich behandelt werde.

Wie viel Sehvermögen muss noch vorhanden sein, um den Beruf der Technischen Produktdesignerin/des Technischen Produktdesigners auszuüben?

Das kann ich nicht beantworten, weil es individuell viel zu unterschiedlich ist, wie man mit einer Erkrankung umgeht. Es spielt eine Rolle, wo und mit wem man arbeitet und wie leicht einem der Job an sich fällt.

Impressum/Ansprechpartner/innen

Redaktionelle Verantwortung:

Christian Schulte

Regionalgruppenleitung:

Manfred Bressel

E-Mail: manfred.bressel@web.de

Telefon: (05 11) 85 17 49

MD-Beratung und stellvertretende Regionalgruppenleitung:

Ramona Jacobs

E-Mail: ramona.jacobs@freenet.de

Telefon: (05 11) 16 57 36 70

Jugendgruppe, Ansprechpartner für junge Sehbehinderte, Newsletter und stellvertretende Regionalgruppenleitung:

Christian Schulte

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

Telefon: (0 57 51) 7 63 04

Stammtisch:

Sabine Schulz

Telefon: (05 11) 70 03 15 70

RP-Beratung:

Edeltraud Schrader

E-Mail: edelschra@web.de

Telefon: (0 55 94)14 66

Pflege der Homepage:

Sabine Bressel

E-Mail: sabine.bressel@outlook.de

Telefon: (05 11) 85 17 49