



Zürich, im September 2020

**Internationaler «Tag des Weissen Stockes» am 15. Oktober 2020**

## **3 x A = richtiges Miteinander** **Umgang zwischen gut sehenden und sehbehinderten Menschen**

Haben Sie schon einmal zu einer blinden Person gesagt «Passen Sie auf da vorne!» und dabei in bester Absicht mit dem Finger in diese Richtung gezeigt? Oder vielleicht sind Sie auch schon einmal einem sehbehinderten Menschen begegnet und wussten im ersten Moment nicht so recht, wie Sie sich verhalten sollen? Man will ja nichts falsch machen, will helfen, aber weiss nicht genau, wie...

**Mit «3 x A» klappt das richtige Miteinander!**

- **Erstes «A» wie AUFMERKSAM**

**Bewegen Sie sich achtsam durch den Alltag, auf der Strasse, im Bus oder im Supermarkt. Nehmen Sie Ihre Umgebung und Mitmenschen wahr.**

Der Weisse Stock, ein Blindenführhund, eine spezielle Brille oder auch eine Lupe zeigen, dass eine Person sehbehindert ist. Erschrecken Sie diese nicht, indem Sie bei Rot an ihr vorbei über die Strasse eilen oder sie von hinten mit dem Velo in rasender Geschwindigkeit grusslos überholen. Seien Sie aufmerksam und denken Sie daran, dass die oder der Betroffene dankbar für Ihre Unterstützung sein könnte.

Heutzutage sind in der Öffentlichkeit viele Mitmenschen stark abgelenkt, mit Kopfhörern auf den Ohren und den Blick stets aufs Handy gerichtet. Sie merken nicht, dass sie auf taktil-visuellen Leitlinien stehen und somit sehbehinderten Vorbeigehenden den Weg verstellen. Diese kommen oft ganz schön «zügig» daher und es kann leicht zu brenzigen Zusammenstössen kommen.

- **Zweites «A» wie AKTIV**

**Ignorieren Sie nicht, was vor Ihrer Nase geschieht oder wer davorsteht. Legen Sie eine hilfsbereite Haltung an den Tag und handeln Sie.**

Wenn Sie in der Öffentlichkeit auf eine Ihnen unbekannte sehbehinderte Person treffen, zögern Sie nicht, sprechen Sie diese direkt an und offerieren Sie Ihre Hilfe.

Bei Gefahr rufen Sie nicht nur «Achtung!», sondern geben gleich zusätzlich eine weiterführende Information dazu, wie z.B. «es hat hier eine Baustellengrube». Nur so kann die sehbeeinträchtigte Person auch richtig reagieren.

Wenn Sie selbst von einer betroffenen Passantin oder Passanten angesprochen werden, halten Sie doch einen kurzen Moment inne. Es braucht meistens nicht viel Zeit, um eine Frage zu beantworten, auf dem Busfahrplan nachzusehen oder im Handy eine Information zu googeln.

- **Drittes «A» wie ANSTÄNDIG**

**Auch hier gelten die gängigen Umgangsformen. Seien Sie stets höflich und einfühlsam, nicht übereifrig und nicht zu forsch.**

Bitte packen Sie nie jemanden ohne Vorwarnung am Arm, ziehen die Person hilfsbereit über den Zebrastreifen oder schubsen sie gutgemeint aus dem Bus. Immer erst ansprechen, dann helfen. Vor Schreck könnten sonst ernsthafte Unfälle geschehen.

Immer wieder gut gemeinte Mitleidsätze sind weder nötig noch aufbauend. Noch verletzender ist es für Betroffene, wenn nur noch ihre Begleitung angesprochen und in dritter Person von ihnen geredet wird. Sehbehinderte und blinde Menschen können sehr wohl selbst für sich sprechen.

Oft werden blinde Menschen auch lauter angesprochen als nötig. Sie sind blind, nicht schwerhörig. Genauso wenig sind sie ansteckend und sie beißen auch nicht. Überreaktionen wie «weggumpen» oder sich demonstrativ wegdrehen sind vollkommen unangebracht.

Es kann vorkommen, dass Ihre angebotene Hilfe abgelehnt wird. Bitte nehmen Sie das nicht persönlich und reagieren Sie nicht gekränkt. Viele sehbehinderte Personen wollen gerne so gut als möglich selbständig durchs Leben gehen. Respektieren Sie dies und lassen Sie sich nicht davon abhalten, bei der nächsten Gelegenheit wieder Unterstützung anzubieten. Der oder die Nächste könnte sehr froh darum sein.

**Besten Dank für ein schönes Miteinander!**

#### **Weitere Informationen**

*Der Schweizerische Blindenbund ist eine Selbsthilfeorganisation blinder und sehbehinderter Menschen. Wir unterstützen Blinde und Sehbehinderte jedes Alters mit praktischen Massnahmen, die ihnen in sozialer, materieller, beruflicher sowie kultureller Hinsicht eine weitgehende Selbständigkeit ermöglichen. Die über 40 Mitarbeitenden in unseren acht Beratungsstellen und unserer Geschäftsstelle unterstützen und fördern Betroffene und deren Angehörige kostenlos im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe.*

**Gemeinsam nach vorne sehen. [blind.ch](http://blind.ch).**

**Bildmaterial und weitere Informationen finden Sie auf [www.blind.ch](http://www.blind.ch)**