



**Zürcher**  
**Sehhilfe**

**Beratung  
und  
Rehabilitation  
für  
Sehbehinderte**

 **Unsere Grundsätze:**

- Wir respektieren die Eigenständigkeit, die Integrität und die Würde des Menschen und wollen seine Kreativität und Lernfähigkeit fördern.
- Wir legen hohen Wert auf die Qualität unserer Dienstleistungen und bieten Hilfe nach Mass. Dazu verfügen wir über fachlich ausgewiesene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

## **Sehbehinderung im Alltag**

Sehbehindert oder blind zu sein, kann das tägliche Leben stark beeinträchtigen. Wir stehen allen sehbehinderten und blinden Menschen mit Wohnsitz im Kanton Zürich und deren Angehörigen zur Verfügung.

In persönlichen Gesprächen werden vorhandene Ressourcen gefördert und neue Perspektiven für Ihren privaten und beruflichen Alltag entwickelt.

Für eine umfassende Erstberatung erheben wir eine Pauschale von Fr. 200.-. Weitere Beratungsleistungen bieten wir Ihnen gerne zu einem Kostenanteil von Fr. 80.- pro Stunde an.

Ergotherapie: Abrechnung nach geltendem Krankenkassentarif.

## **Wir unterstützen Sie bei:**

- Persönlichen, familiären und beruflichen Anliegen
- Der Bewältigung der Lebenssituation
- Fragen bezüglich Dienstleistungen und Hilfsmittel
- Der Vermittlung von Sach- und Finanzhilfe
- Fragen zu Sozialversicherungen
- Der Klärung von rechtlichen Fragen
- Der Vermittlung an weitere Fachpersonen und Institutionen

## **Optische Beratung / Low Vision**

- Klärung des Sehvermögens durch unsere Fachleute
- Beratung und Training bezüglich Lupen, Lupenbrillen, Bildschirmlesegeräten, Blendschutzfiltern und Beleuchtung

## **Orientierung und Mobilität**

- Klärung der Anliegen und der geeigneten Hilfsmittel (z.B. weisse Stöcke)
- Schulung zur selbständigen und sicheren Fortbewegung

## **Blinden- / Punktschrift**

- Einzelunterricht zum Erlernen der Voll- und Kurzschrift

## **Informatik**

- Abklärung der Bedürfnisse und der geeigneten Hilfsmittel
- Support bei der Beschaffung und Installation von Hard- und Software
- Schulung in ausgewählten Programmen

## **Lebenspraktische Fähigkeiten**

- Beratung und Unterstützung bei der Alltagsbewältigung wie: Haushalt, Körper- und Kleiderpflege

## **Ergotherapie**

- Ambulante Behandlung zu Hause zur Erhaltung und Stärkung der vorhandenen Fähigkeiten

## ✓ Präsentation und Verkauf von:

- Uhren und Weckern
- Abspielgeräten für Hörbücher
- Grosstastentelefonen und Handys
- Diktiergeräten und Schreibhilfen
- Blindenschriftartikeln
- Haushaltgegenständen
- Küchen- und Personenwaagen
- Spielen

Sortiment wird laufend ergänzt.

## ✓ Kurse und Veranstaltungen

Wir bieten vielfältige Möglichkeiten zur Begegnung sowie zur Pflege gemeinsamer Interessen und Kontakte.

## ✓ Unsere Angebote dienen:

- Der Freizeitgestaltung
- Dem Austausch von Erfahrungen und Ideen
- Der kreativen Entfaltung in Musik, Literatur und Kunst
- Der Wissenserweiterung
- Der Bewegung

## Sensibilisierung

Wir bieten Fachleuten und anderen Interessierten sowie Gruppen die Möglichkeit, sich mit dem Thema Sehbehinderung auseinander zu setzen und vertraut zu machen.

## Wir informieren über:

- Sozialversicherungen
- Finanzielle Hilfen
- Kurse und Freizeitaktivitäten
- Sehbehindertenspezifische Organisationen

## Zürcher Sehhilfe

Unsere als gemeinnützig anerkannte, ZEWO-zertifizierte, private Organisation wird finanziell getragen von:

- Gönnern
- Spenden und Legaten
- Vereinseigenen Mitteln



Mitglied des Schweizerischen Zentralvereins für das Blindenwesen (SZBlind).

- Spendenkonto 80-2421-8  
IBAN CH17 0900 0000 8000 2421 8

- **Beratungsstelle Zürich**

Lutherstrasse 14  
8004 Zürich  
Fax. 043 322 11 89

 **043 322 11 70**

- **Beratungsstelle Winterthur**

Lagerhausstrasse 3  
8400 Winterthur  
Fax. 052 202 25 81

 **052 202 25 80**

- [info@zsh.ch](mailto:info@zsh.ch)  
[zuercher-sehhilfe@hin.ch](mailto:zuercher-sehhilfe@hin.ch)  
[www.zuercher-sehhilfe.ch](http://www.zuercher-sehhilfe.ch)



- ✓ **Öffnungszeiten**

- **Telefonisch erreichbar**

Montag bis Freitag  
08.15 bis 12.00 Uhr  
13.15 bis 16.30 Uhr

- ✓ **Hilfsmittelausstellung  
und Verkauf**

- Montag bis Freitag  
13.30 bis 16.30 Uhr
- Die Beratung erfolgt nach telefonischer Terminvereinbarung, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.