# Wir sind für Sie da! 018 05 / 666 456

BBSB Landesgeschäftsstelle Arnulfstraße 22 80335 München

Telefon: 089 / 559 88 - 0 Telefax: 089 / 559 88 - 266 Internet: <u>www.bbsb.org</u> Email: <u>info@bbsb.org</u>

#### **Unser Spendenkonto:**

BLZ 700 205 00 · Konto 783 17 00 Bank für Sozialwirtschaft München

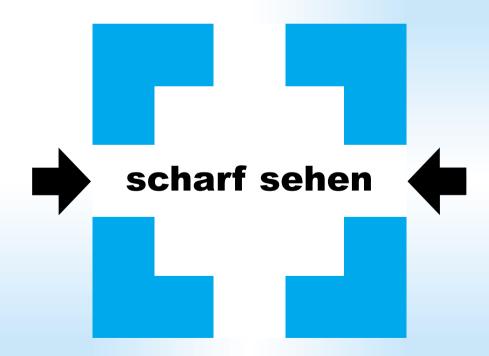
Mitglied im Deutschen Blindenund Sehbehindertenverband e.V.





# Pfarr- und Gemeindebriefe gut lesbar gestaltet

Für Menschen mit und ohne Sehprobleme



Diese Broschüre wurde von Martina Gramlich als Abschlussarbeit ihrer Ausbildung zur Low Vision -Trainerin erarbeitet.

#### Wir bedanken uns für die Unterstützung und Mitwirkung bei unseren korrespondierenden Mitgliedern

Blinden- und Sehbehindertenseelsorge in der Evang.-Luth. Kirche in Bayern

Egidienplatz 29 90403 Nürnberg

Telefon: 09 11 / 214 22 22 Telefax: 09 11 / 214 22 20 E-Mail: info@bss-bayern.de Internet: bss-bayern.de

Spendenkonto:

BLZ 760 605 61 · Konto 10 30 540

Acredobank Nürnberg

Bayern e.V.
Landsberger Straße 285 a
80687 München
Telefon: 089 / 56 40 20
Telefax: 089 / 56 96 16
E-Mail: kath.blindenwerkbayern@t-online.de
Spendenkonto:
BLZ 750 903 00 · Konto 217 15 62
LIGA Spar- und Kreditgenossenschaft

Katholisches Blindenwerk

#### Inhalt

. Low Violen heißt wenig och en

|   | Sie erstellen Pfarr- oder Gemeindebriefe?   |
|---|---|
|   | Beeinträchtigung des Lesevermögens 5  Makuladegeneration 5  Katarakt 5  Glaukom 5 |
| • | Schlecht geeigneter Pfarrbrief  |
| • | Textbeispiele   |
| • | Blinden- und Sehbehindertenseelsorge in Bayern                                    |
| • | Wir sind für Sie da         11           ● Adressen         11                    |

# Low Vision heißt wenig sehen.

### Sie erstellen Pfarr- oder Gemeindebriefe?

Dann wissen Sie sicherlich, dass Ihre Lesergruppe zu einem großen Teil aus älteren Menschen besteht. Mit zunehmenden Alter lässt das Sehvermögen nach. Schriftliche Informationen können nur noch schlecht oder überhaupt nicht gelesen werden.

Der Bayerische Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. (BBSB) möchte Sie mit dieser Broschüre informieren, wie genau sich altersbedingte Augenerkrankungen auf die Lesefähigkeit auswirken und wie Sie mit einfachen Tipps eine bessere Lesbarkeit von Texten erzielen können. Denn:

Ein klar gestalteter Pfarr- oder Gemeindebrief erleichtert das Lesen und kommt allen Lesern zugute. Hier drei der häufigsten altersbedingten Augenerkrankungen:

#### Makuladegeneration

Die zentrale Netzhautstelle (Gelber Fleck oder Makula) fällt aus. Jede Schädigung der Makula führt zu einer mehr oder weniger starken Seheinschränkung beim Tagesund Farbsehen. Eine Schädigung erschwert immer das Lesen und wird daher meist schnell bemerkt.

#### Katarakt (Grauer Star)

Der graue Star ist wohl die bekannteste Augenerkrankung. Hier kommt es zu einer teilweisen oder vollständigen Eintrübung der Augenlinse.

Durch die Trübung wird der Lichtweg und damit die korrekte Abbildung auf der Netzhaut behindert.

#### Glaukom (Grüner Star)

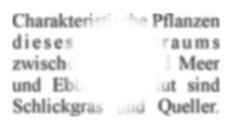
4

Durch die krankhafte Erhöhung des Augeninnendrucks können Sehnerv und Netzhaut dauerhaft geschädigt werden. Oft wird ein Glaukom erst bemerkt, wenn sich Seheinschränkungen z.B. beim Lesen zeigen.

# Beeinträchtigung des Lesevermögens bei typischen Augenerkrankungen:

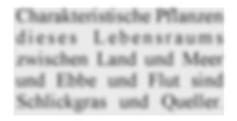
#### Makuladegeneration

Dort wo man hinsieht, versperren Flecken die Sicht. Anfangs fehlen nur wenige Zeilen. Im Laufe der Zeit werden die Flecken immer größer und es kommt zu einem starken Verlust der Sehschärfe.



#### Katarakt (Grauer Star)

Beim Lesen wird alles wie durch einen Schleier bzw. wie im Nebel gesehen. Nimmt die Trübung zu, verschwimmen die Konturen und Farben der einzelnen Buchstaben ineinander.



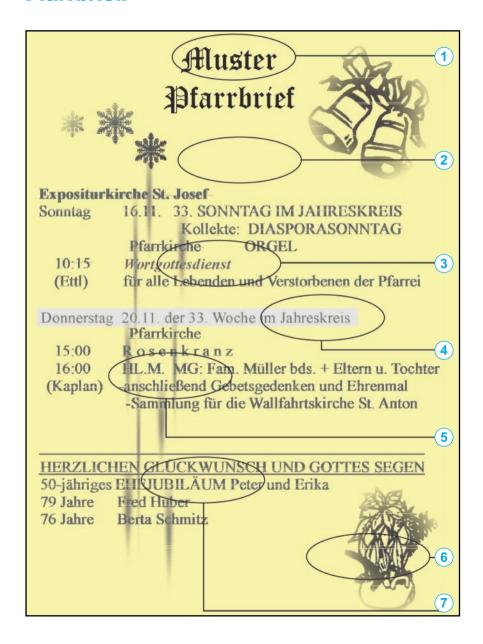
#### Glaukom (Grüner Star)

Durch Gesichtsfeldausfälle kann beim Lesen nicht die ganze Zeile bzw. der gesamte Text erfasst werden. Nimmt das Sehvermögen weiterhin ab, können nur noch einzelne Buchstaben gelesen werden.



5

## Hier sehen Sie einen für sehbehinderte Menschen besonders schlecht geeigneten Pfarrbrief.



6

# Wir zeigen Ihnen worauf man achten sollte, wenn man eine hohe Lesbarkeit erzielen will:

#### 1 Schriftart

Hier sollten Sie auf ein klares Schriftbild achten. Serifen (Querstriche am oberen oder unteren Ende von Buchstaben) und andere Zusätze wie z.B. Fett oder Kursiv verschlechtern die Lesbarkeit. Geeignet ist die Schrift Arial oder Verdana ab einer Größe von 12 pt.

#### 2 Papier

Recyclingpapier oder gefärbtes Papier (besonders mit roten Anteilen) verringern meist den Kontrast und damit die Lesbarkeit. Bei zu dünnem Papier scheint der Druck der Rückseite durch und führt zu Irritationen beim Lesen. Am Besten ist ein reinweißes Papier ab einem Gewicht von 120 g/qm.

#### 3 Übersichtlichkeit

Die einzelne Seite sollte klar und einfach gestaltet sein. Wiederkehrende Rubriken sollten stets am gleichen Platz zu finden sein. Zierrahmen und viele Motive erschweren die Orientierung. Auch Blocksatz sollte vermieden werden.

#### 4 Kontrast

Schwarze Schrift auf weißem Papier bietet den besten Kontrast. Grau oder farbig unterlegte Texte sind weniger kontrastreich und somit viel schwieriger zu lesen.

#### 5 Druckqualität

Es sollte auf eine gute Druckqualität geachtet werden. Fast leere Tintenpatronen oder verstopfte Düsen beim Drucker oder Kopierer sind dafür verantwortlich, dass die einzelnen Buchstaben nicht komplett schwarz gedruckt werden. Auch ein blasser oder verschmierter Druck ist ein Problem für den Leser.

#### (6) Motiv

Das Motiv sollte klar und einfach gestaltet sein. Auf klare Konturen sollte geachtet werden.

#### 7 Abstand

7

Der Zeilen- und Zeichenabstand sollte ausreichend groß sein.

# Hier sehen Sie ein Textbeispiel bei dem die Aspekte von Low Vision erfolgreich umgesetzt wurden:

Muster Pfarrbrief Expositurkirche St. Josef





16.11 33. SONNTAG im Jahreskreis Kollekte: Diasporasonntag

10:15

Wortgottesdienst

22.11. der 33. WOCHE im Jahreskreis Donnerstag

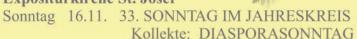
Diesen Text haben wir mit einer Unschärfe überlagert, um den Leseeindruck wie bei einer Linsentrübung (Grauer Star) zu simulieren.

Trotz Nachlassen der Kontraste und den unscharfen Buchstaben ist der Text noch lesbar.



# Zum Vergleich sehen Sie hier den selben Text ohne Berücksichtigung der vorangestellten Kriterien:

Muster Pfarrbrief Expositurkirche St. Josef



10:15 Wortgottesdienst

Donnerstag 20.11. der 33. Woche im Jahreskreis

Auch dieser Text wurde mit der gleichen Unschärfe überlagert. Er ist deutlich schlechter bzw. kaum lesbar.

Mit wenigen und einfachen Mitteln kann die Lesbarkeit eines Textes erheblich verbessert werden. Bei Fragen und Anregungen wenden Sie sich bitte an den BBSB, Blindenund Sehbehindertenseelsorge in der Evang.-Luth. Kirche in Bayern oder Katholisches Blindenwerk Bayern e.V..

Dort werden Sie individuell beraten und informiert.



# Blinden- und Sehbehindertenseelsorge in Bayern



... in der Evang.-Luth. Kirche i.B. – für sehbehinderte, blinde und hörsehbehinderte Menschen, für deren Angehörige und Begleiter und alle, die bereit sind, die Belange Blinder und Sehbehinderter zu unterstützen.

Wir beraten und begleiten im direkten Gespräch, am Telefon, durch Hausbesuche; wir vermitteln Hilfen auch durch andere Einrichtungen wie z.B. durch den BBSB. Wir informieren und beraten in Fragen, die das Miteinander von Sehenden und Nichtsehenden betreffen.

Wir verstehen uns in unserer Kirche als christliche Selbsthilfe im Miteinander von Sehbehinderten, Blinden und Sehenden – orientiert an Lebenshilfen des Glaubens. Unsere Gemeindearbeit: Freizeiten an verschiedenen Orten, regionale Veranstaltungen, Seelsorge.

Es braucht Orte für den Austausch, an denen man sich "nicht schon wieder" wegen seiner Behinderung erklären muss.

"Das Übersehen-Werden wiegt oft schwerer als das Nichtsehen" – so beschreiben viele ihre Erfahrungen.

#### Katholisches Blindenwerk Bayern e.V.



Es ist eine alte Erfahrung, dass iene am besten zueinander finden. die einen Weg gemeinsam gehen, sich miteinander demselben Werk widmen. Ein starkes Miteinander spürt man auch beim Katholischen Blindenwerk Bayern e.V. Besonders bei den religiösen Veranstaltungen in den Bistümern, die das Gemeinschaftserlebnis in christlichem Geist fördern. Als überregionales Treffen ist unsere Teilnahme an den Begegnungstagen im IBZ Landschlacht Schweiz. besonders hervorzuheben. Die Jugendlichen und jungen Erwachsenen treffen sich zweimal im Jahr. Die Taubblinden treffen sich dreimal im Jahr zu Internationalen Begegnungen. Soweit uns die Möglichkeit gegeben ist, kümmern wir uns auch um kranke, ältere und einsame Sehgeschädigte des katholischen Blindenwerk Bayern.

### Wir sind für Sie da! Die Beratungsstellen des BBSB

#### Allgäu

Hirnbeinstraße 8 87435 Kempten

Tel.: 08 31 / 233 10 Fax: 08 31 / 250 17 kempten@bbsb.org

#### Mittelfranken

Bahnhofsplatz 6 90443 Nürnberg

Tel.: 09 11 / 23 60 0 - 0 Fax: 09 11 / 23 60 0 - 36 nuernberg@bbsb.org

#### Niederbayern

Bahnhofsplatz 6 94447 Plattling

Tel.: 099 31 / 89 05 75 Fax: 099 31 / 912 79 90 plattling@bbsb.org

#### Oberbayern-München

Arnulfstraße 22 80335 München

Tel.: 089 / 559 88 - 111 Tel.: 089 / 59 59 33 Fax: 089 / 559 88 - 148 muenchen@bbsb.org

#### Oberbayern-Rosenheim

Innstraße 43 83022 Rosenheim

Tel.: 080 31 / 325 55 Fax: 080 31 / 326 88 rosenheim@bbsb.org

#### Oberfranken

Lichtenhaidestraße 23 96052 Bamberg Tel.: 09 51 / 30 32 22

Tel.: 09 51 / 30 32 22 Fax: 09 51 / 30 31 13 bamberg@bbsb.org

#### **Oberpfalz**

Bahnhofstraße 18 93047 Regensburg Tel.: 09 41 / 595 65 - 0 Fax: 09 41 / 595 65 - 29 regensburg@bbsb.org

#### **Schwaben-Augsburg**

Rugendasstraße 8 86153 Augsburg Tel.: 08 21 / 399 50 Fax: 08 21 / 31 24 84 augsburg@bbsb.org

#### Unterfranken-Aschaffenburg-Miltenberg

Löherstraße 12 63739 Aschaffenburg Tel.: 060 21 / 293 93 Fax: 060 21 / 32 52 28 aschaffenburg@bbsb.org

#### **Unterfranken-Würzburg**

Juliuspromenade 40-44 97070 Würzburg

Tel.: 09 31 / 445 00 Fax: 09 31 / 445 33 wuerzburg@bbsb.org