

# Orientierung und Mobilität (O & M)

**Menschen mit Blindheit oder hochgradiger Sehbehinderung sind in ihrer Fähigkeit zur selbständigen Orientierung und Fortbewegung in hohem Maße eingeschränkt. Diese Schwierigkeiten können zunächst im häuslichen Umfeld lange kompensiert werden. Spätestens in der Orientierung im Straßenverkehr entsteht zwangsläufig eine Abhängigkeit bei der Begleitung durch Dritte.**

**In speziellen Schulungen in Orientierung und Mobilität (O&M) werden blinden und sehbehinderten Menschen Fähigkeiten und Fertigkeiten vermittelt, die es ihnen ermöglichen, sich in ihrer Umwelt gezielt, sicher und selbstständig fortzubewegen. Auch für Menschen mit Sehbehinderungen, die bei ungünstigen Licht- und Umgebungsbedingungen Einschränkungen ihrer Mobilität erleben, ist diese Schulung geeignet.**

## Schulungsinhalte

Die Schulung findet im Einzelunterricht meist am jeweiligen Wohn-, Schul- bzw. Arbeitsort des betreffenden Teilnehmers statt. Die persönlichen Voraussetzungen und Bedarfe des Einzelnen bestimmen den Umfang der individuell geplanten Schulung. Die nachfolgend aufgeführten Unterrichtsinhalte stehen beispielhaft für die Möglichkeiten der Schulungen in O&M.

- Techniken zur optimalen Ausnutzung des vorhandenen Sehvermögens im Straßenverkehr ggf. unter Einbezug spezieller Sehhilfen (Monokular, Kantenfilter etc.)
- Sensibilisierung der akustischen und taktilen Wahrnehmung
- Techniken der Sehenden Begleitung, Körperschutztechniken, Suchtechniken
- Erlernen des Umganges mit dem Blindenlangstock oder adaptierter Mobilitätshilfe
- Grundlegende Orientierungsstrategien u. a. Arbeit mit markanten Punkten, Plänen, verschiedenen Umweltmustern
- Training unter individuell ungünstigen Bedingungen, beispielsweise bei Blendung oder Dämmerung und Dunkelheit
- Teilnahme am Straßenverkehr, u. a. Verkehrs- und Kreuzungsanalyse, verschiedene Techniken zur Straßenüberquerung
- Einsatz elektronischer Hilfsmittel

## Finanzierung

Die Unterweisung im Gebrauch des Blindenlangstockes für blinde und hochgradig sehbehinderte Menschen nach § 33 Absatz 1, Satz 2, SGB V setzt eine ärztliche Verordnung voraus. Kostenträger dieser Maßnahme ist in der Regel die gesetzliche Krankenversicherung, in speziellen Einzelfällen die Sozialhilfe, das Arbeitsamt oder die Berufsgenossenschaft.

## Vorgehen zur Beantragung der Schulung

Nehmen Sie bitte vor Rezeptausstellung mit uns Kontakt auf. Unsere Rehabilitationslehrer besprechen mit Ihnen die für Sie notwendigen Inhalte der Schulung sowie den zeitlichen Plan zum Schulungsbeginn. Bitten Sie Ihren Augenarzt um eine Verordnungen für „Schulung in Orientierung & Mobilität“ und eine weitere Verordnung für zwei Langstöcke.

Beide Rezepte müssen Angaben über Ihre augenärztliche Diagnose und Ihren Visus beinhalten. Danach reichen wir Ihren individuellen Schulungsplan mit der Bitte um Kostenübernahme bei Ihrer Krankenkasse oder dem zuständigen Kostenträger ein.

Bitten Sie Ihren Augenarzt um eine Verordnungen für „Schulung in Orientierung & Mobilität“ und eine weitere Verordnung für zwei Langstöcke.

## Wir beraten Sie gern:

### Sehzentrum Chemnitz

Flemmingstraße 8 c - Haus 15  
09116 Chemnitz  
Tel.: 0371 3344-254  
E-Mail: [chemnitz@sfz-sehzentrum.de](mailto:chemnitz@sfz-sehzentrum.de)  
[www.sfz-sehzentrum.de](http://www.sfz-sehzentrum.de)

### Sehzentrum Dresden

Könneritzstraße 15  
01067 Dresden  
Tel.: 0351 3223-398 oder 0351 265 68922  
E-Mail: [dresden@sfz-sehzentrum.de](mailto:dresden@sfz-sehzentrum.de)  
[www.sfz-sehzentrum.de](http://www.sfz-sehzentrum.de)

QR-Code:

