

Lebenspraktische Fähigkeiten

Blindheit oder Sehbehinderung können die Fähigkeit zur selbständigen Verrichtung der alltäglichen Handgriffe, die bei der Bewältigung der eigenen Lebensführung erforderlich sind, in hohem Maße einschränken.

Für Menschen mit Blindheit oder Sehbehinderung bietet die stiftung st. franziskus heiligenbronn deshalb ein bedarfs- und personenbezogenes LPF-Training an.

Ziel dieses LPF-Trainings ist die Vermittlung folgender Fertigkeiten:

- **Im Bereich der Körperpflege:** Waschen, Duschen, Baden, die Zahnpflege, die Haarpflege, das Rasieren, die Nagelpflege, das Dosieren und Anwenden von Pflegemitteln, sich An- und Auskleiden (Auswählen von Kleidungsstücken, Strategien zum Kennzeichnen und Sortieren von Kleidungsstücken, Umgang mit Verschlüssen).
- **Im Bereich der speziellen Pflege:** Babypflege, Reinigung und Pflege von Zahnprothesen, Augenprothesen und Hörgeräten, Einnahme von Medikamenten, Einführung und Umgang mit blindenspezifischen medizinischen Hilfsmitteln (sprechendes Fieberthermometer, sprechendes Blutdruckmessgerät, sprechendes Blutzuckermessgerät) und der Versorgung von kleinen Verletzungen.
- **Im Bereich der Ernährung:** bei der Nahrungsaufnahme (Schiebe- und Schneidetechnik, Eingießen, Brot bestreichen, sich das Essen servieren)
- **Im Bereich der hauswirtschaftlichen Versorgung:** Strategien zum Einkaufen (Geld, Notizgeräte, Telefon, Unterschrift), das Erkennen und Sortieren der Lebensmittel, das Zubereiten von Gerichten (Schneiden, Schälen, Messen, Wiegen, Umgang mit dem Herd), das Reinigen der Wohnung (Verschiedene Flächen systematisch säubern, Betten beziehen), das Spülen, Waschen der Wäsche und Kleidung (Bügeln, Schuhe putzen).
- **Im Bereich Nähen:** Faden einfädeln, Knöpfe annähen, verschiedene Nähte, Nähen mit der Nähmaschine usw.
- **Im Bereich der häuslichen Reparaturen:** Umgang mit verschiedenen Werkzeugen, Schrauben eindrehen, Nägel einschlagen, auswechseln einer Glühbirne usw.
- **Im Bereich der Kommunikation:** Erlernen der Blindenschrift (Tastübungen zum Punktschriftlesen, Einführung in die Systematik der Braille-Schrift) oder das Bedienen des Telefons.