



Avec les aveugles et les malvoyants

Agir pour l'autonomie



Guide pour ouvrir les yeux sur les personnes aveugles ou malvoyantes

Sommaire

- P.3** Pourquoi ce guide ?
- P.4** Communiquer avec une personne aveugle ou malvoyante
- P.6** Aider / guider une personne aveugle ou malvoyante
- P.8** Les transports en commun
- P.10** En présence d'un chien guide
- P.12** Les bons réflexes lors d'une conversation
- P.14** En savoir plus sur l'association Valentin Haüy



Pourquoi ce guide ?

Mieux comprendre pour bien accueillir et bien accompagner les personnes aveugles ou malvoyantes.

On compte en France près de 2 millions de personnes aveugles ou très malvoyantes. Les occasions de rencontre sont donc nombreuses ! Mais comment se comporter avec quelqu'un qui ne voit pas ou très peu ?

Beaucoup de voyants se posent cette question, car ils sont souvent intimidés ou mal à l'aise face à une personne handicapée visuelle. Et malgré les meilleures intentions du monde, ils font parfois preuve de maladresse. Ce petit guide a été conçu pour favoriser un contact « heureux » entre personnes voyantes, malvoyantes et non-voyantes, à travers de nombreux conseils et astuces... et avec beaucoup d'humour !

Il est adapté de la brochure « Pas cela... ceci. », de Herman Van Dyck, éditée pour la première fois en 1971 en Belgique.

Souvent, on n'ose pas s'adresser directement à une personne aveugle ou malvoyante.

Cela vient peut-être du fait qu'on est habitué à avoir d'abord un contact visuel avec une personne et que, si ce contact est absent, on hésite à aller plus loin. Malheureusement, cela aggrave le sentiment d'exclusion dont souffrent les personnes handicapées visuelles !

**Communiquer avec une personne aveugle, c'est facile...
Avec une personne malvoyante, ce peut-être plus complexe**

Si vous souhaitez demander ou proposer quelque chose, adressez-vous directement à la personne, en évitant toutefois les « effets de surprise » qui peuvent la brusquer. Privilégiez une approche en douceur, prononcez son nom si vous le connaissez ou touchez-lui le bras en annonçant votre présence.

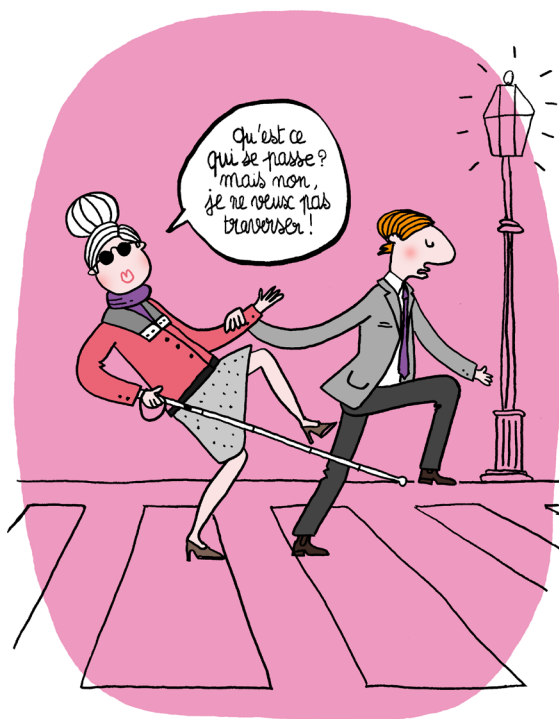
Exprimez-vous sans tabou et avec bienveillance

Dans vos échanges, restez naturel. En parlant à une personne en situation de handicap, beaucoup n'osent pas employer les mots « voir », « regarder » ou « aveugle ». Pourtant, les aveugles et malvoyants utilisent ces mots, car ils « voient » à leur façon. N'éprouvez donc aucune gêne à demander s'ils ont déjà vu telle personne ou tel film, ils ne s'en offusqueront pas ! Vous remarquerez d'ailleurs que certains plaisantent sur leur handicap, pour d'autres ce peut-être plus douloureux.

Pensez aussi à...

- Préciser qui vous êtes.
- Préciser si vous devez vous absenter. Il vous est peut-être arrivé de continuer à parler à quelqu'un sans vous être aperçu qu'il n'était plus là ? Pour une personne en situation de handicap visuel, cela est beaucoup plus déstabilisant. Alors si vous devez interrompre la conversation, dites-le lui avant de partir.
- Ne la laissez jamais seule sans la prévenir.
- Si elle est accompagnée, s'adresser directement à la personne déficiente visuelle et non à son accompagnateur.





Comment aider une personne en situation de handicap visuel ?
Malgré les meilleures intentions du monde, on peut faire preuve de maladresse...

Si vous voyez qu'une personne malvoyante ou aveugle semble perdue ou s'engage dans un chemin semé d'embûches (trottoirs, escaliers, rue difficile à traverser..)

Avant d'intervenir, n'hésitez pas à lui proposer de l'aide, posez-lui simplement la question...

Adressez-vous directement à elle, en évitant toutefois les « effets de surprise » qui peuvent la brusquer, comme la toucher avant de lui avoir parlé. Privilégiez une approche en douceur, prononcez son nom si vous le connaissez et touchez-lui le bras.

... et précédez-là.

Pour que la personne avec un handicap visuel se sente en sécurité, ne la poussez pas en avant et ne lui saisissez pas le bras brutalement, mais précédez-la légèrement en gardant le contact du bras. S'il y a des obstacles sur le chemin, et notamment des différences de niveau ou des obstacles en hauteur, signalez-lui en lui disant par exemple « il y a une marche à monter ou à descendre ». Et pour qu'elle ressente bien les changements de direction, gardez toujours un pas d'avance tout en lui parlant : « nous tournons à gauche », « nous allons traverser »...

Dans les escaliers, préciser si ça monte ou si ça descend

Si vous montez ensemble un escalier, pensez à lui indiquer deux choses essentielles « la rampe se trouve à votre droite / votre gauche » lorsque vous vous apprêtez à monter, et « nous arrivons à la dernière marche » le moment venu. Vous l'aidez aussi en précisant si les marches sont plutôt hautes ou basses.

C'est dans les transports en commun que les personnes aveugles ou malvoyantes sont le plus aidées... et parfois trop !

Il n'est pas rare, en effet, de voir quelqu'un « attraper » brusquement une personne et la soulever pour la faire monter dans un bus ! Mais une personne déficiente visuelle n'est pas handicapée motrice, elle ne se situe pas dans l'espace mais a souvent appris à se débrouiller mieux qu'on ne le pense.

La seule aide dont elle ait besoin : votre voix !

Le mieux est de la guider jusqu'à la porte de montée ou de descente du bus, du métro ou du train, en lui disant « la porte est juste à votre gauche » (ou « devant vous », ou « à deux pas à droite ») et si nécessaire, en posant sa main sur la rampe d'accès. N'hésitez pas non plus à lui dire si la marche est haute ou basse.

Vous lui cherchez une place assise ?

Demandez-lui d'abord si elle souhaite s'asseoir, car beaucoup préfèrent rester debout pour ne pas perdre leurs repères. Mais si elle accepte, accompagnez-la jusqu'à une place disponible en lui prêtant votre bras ou votre coude, puis posez sa main sur le dossier de l'assise.

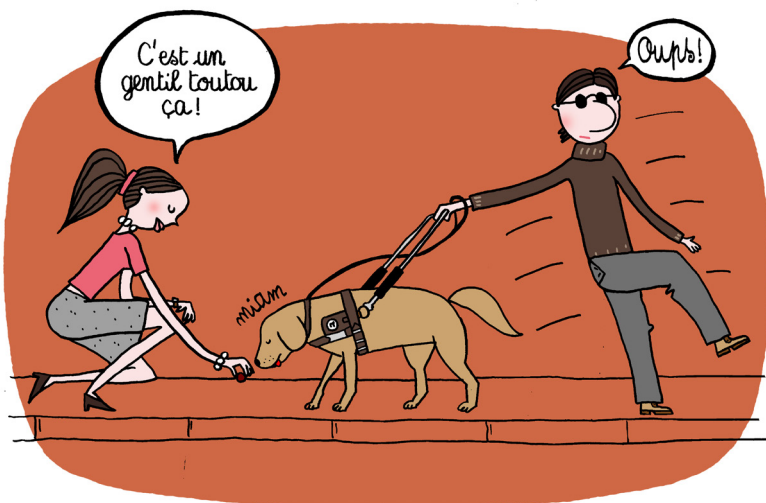
En voiture...

Dans le cas d'un trajet en automobile, il est important d'indiquer à la personne aveugle le sens du véhicule, à quel endroit elle doit monter. Posez simplement sa main sur la portière ouverte et elle pourra s'orienter seule. Pour sortir, dites-lui s'il est possible d'ouvrir la portière et comment le faire.



Il est normal d'avoir envie de caresser un chien guide, si mignon et si sympathique.

Mais imaginez qu'on vienne vous parler, vous chatouiller, vous détourner de votre tâche lorsque vous essayez de travailler ! C'est exactement pareil pour les chiens guides, qui doivent rester concentrés sur leur mission...



Des chiens exceptionnels...

Le chien guide n'est pas un chien comme les autres. Depuis son sevrage, il a suivi une formation de plusieurs années pour apprendre son métier : guider son maître aveugle, lui signaler et lui éviter les obstacles, mémoriser les parcours, trouver une porte, un arrêt de bus, un banc, une boîte aux lettres... Un métier difficile qui demande une concentration permanente !

... dont il ne faut jamais détourner l'attention.

Le chien guide est toujours au travail. Alors, même si c'est extrêmement tentant, évitez d'attirer son attention, de le caresser ou de lui donner à manger, vous pourriez mettre son maître en danger. Vous pouvez en revanche parler à son maître et lui exprimer votre admiration pour le chien. Il en sera ravi, car souvent les gens s'adressent au chien sans même prêter attention à la personne aveugle !

À savoir également :

- Les chiens guides d'aveugles ont accès à tous les lieux et transports publics.
- Naturellement doux et gentils, ils sont dispensés du port de la muselière, car ils doivent pouvoir aboyer pour signaler un danger.

On a parfois tendance à oublier qu'un aveugle ne voit pas ou qu'une personne malvoyante, très peu...

Et, au fil de la conversation, on a vite fait de faire un signe de tête en guise de « oui » ou de « non », de montrer quelque chose du doigt, d'utiliser des mots inappropriés comme « là-bas ». Mais une personne qui ne voit pas ou très mal, ne sait pas où est « là » !

Le bon réflexe : décrire avec précision...

Une personne aveugle ou malvoyante vous demande son chemin ?

Donnez-lui des indications qui lui seront utiles, comme « vous continuez 10 mètres tout droit, puis vous tournez à droite, et ce sera à 50 mètres ». Vous pouvez faire de même dans de nombreuses situations. À table, par exemple, vous pouvez utiliser la technique de l'horloge : « votre verre est à midi », « votre pain à 3h ». N'hésitez pas non plus à donner un petit coup à l'objet

... et signaler les choses inhabituelles.

Les personnes déficientes visuelles ont leurs repères et il arrive fréquemment, dans la rue notamment, que ces derniers soient perturbés par des travaux, de nouvelles installations...

Il est donc toujours utile de mentionner des détails inhabituels, par exemple : « le trottoir en face a été goudronné », ou « l'entrée du métro est fermée pendant les travaux, et déplacée de l'autre côté de la rue ».

Chaque chose à sa place !

Il est essentiel, pour les personnes aveugles ou malvoyantes, que les objets soient toujours rangés aux mêmes endroits. Sinon, impossible pour elles de retrouver quoi que ce soit ! Que ce soit à la maison, au travail ou encore dans un train, laissez toujours la personne ranger, par exemple, elle-même ses affaires et respecter son organisation.



Ce guide a été réalisé et vous est offert par l'association Valentin Haüy.

L'association Valentin Haüy a été fondée en 1889 et reconnue d'utilité publique en 1891. Aujourd'hui, elle s'appuie sur plus de 130 implantations locales et sur près de 3 500 bénévoles pour poursuivre son but : être au plus près des aveugles et des malvoyants afin de les aider à sortir de leur isolement et à retrouver une vie active et autonome.

Les fonds confiés à l'association Valentin Haüy, issus de la générosité de nos donateurs, sont gérés en toute rigueur et transparence. Les comptes sont vérifiés et certifiés par un commissaire aux comptes, et consultables sur le site de l'association Valentin Haüy.

L'association est également membre du Comité de la Charte du don en confiance, organisme d'agrément et de contrôle des associations et fondations faisant appel aux dons.



5 rue Duroc
75007 PARIS
Tél. 01 44 49 27 27
avh@avh.asso.fr
www.avh.asso.fr



Valentin
HAÜY

Avec les aveugles et les malvoyants

Agir pour l'autonomie

L'association Valentin Haüy en chiffres

Grâce à ses nombreux comités régionaux et locaux, l'association Valentin Haüy poursuit sa mission dans toute la France, au plus près des personnes qui la sollicitent.

près de
3500
bénévoles

2 Centres de formation professionnelle avec hébergement à Paris et en Essonne

2 ESAT
près de Lyon et de Clermont-Ferrand

2 Entreprises Adaptées à Paris et à Nantes

2 imprimeries braille intégrées à Paris et à Lyon



1 Résidence-services pour seniors, étudiants et jeunes travailleurs déficients visuels à Paris

1 Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés Déficients Visuels

4 Service d'Accompagnement à la Vie Sociale pour les personnes Déficientes Visuelles

et un éventail de services dédiés aux personnes aveugles et malvoyantes, pour les aider à relever ensemble le défi de leur autonomie au quotidien.

Retrouvez l'association Valentin Haüy sur les réseaux sociaux



Guide pour ouvrir les yeux sur les personnes aveugles ou malvoyants

Il nous est à tous arrivé de croiser la route d'une personne aveugle semblant perdue ou en difficulté, sans avoir osé lui venir en aide. Le handicap visuel a cette particularité de déstabiliser les voyants, qui ne savent jamais vraiment quelle attitude adopter.

Alors comment parler à un aveugle ? Comment l'aider à traverser une rue, à trouver son chemin, à prendre son bus ? Comment ne pas être maladroit ?

Ce petit guide, en plus de répondre à ces questions, lève bien des tabous et nous montre que les contacts avec les aveugles et les malvoyants sont bien plus simples qu'on ne l'imagine !

Un petit guide tout simplement indispensable, à lire et à partager.

Pour plus d'informations rendez-vous sur :

 www.avh.asso.fr

**Valentin
HAÛY**
Avec les aveugles et les malvoyants
Agir pour l'autonomie